

மங்கையர் மலர்

MANGAYAR MALAR

ஜனவரி '86 விலை ரூ. 3

மனங்கவரும் பட்டுக்கு இணையுண்டோ!



மங்கையின் மனதிற்கு மகிழ்ச்சியூட்டுவதில் பட்டுப் புடவைகளுக்கு ஈடேதுமில்லை. லக்ஷ்மி சில்க் ஹவுஸுக்கு விஜயம் செய்தாலன்றி உங்கள் பட்டுப் புடவைகளின் தேர்வு நிறைவு பெறுவதில்லை. வாருங்கள், 30,000க்கும் மேலான அரிய டப்புகளிலிருந்து தேர்ந்தெடுங்கள்.

லக்ஷ்மி சில்க் ஹவுஸ்
மாடியில்
பனகல் பார்க் எதிரில்,
தி. நகர், சென்னை 600 017.
உரிமையாளர்: லக்ஷ்மி சில்க் ஹவு
(சென்னை) & கோ.

ers/LSH/585/85



பெண் வீட்டில் அம்மாமார்கள் உட்கார்ந்து கொண்டு, கொஞ்சம் கொஞ்சமாக தன் அதிகாரத்தைக் காட்ட ஆரம்பிப்பது (திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷ் எழுதியது—நவம்பர் இதழில்) கொஞ்சங்கூட மிகையில்லை. சம்பாதிக்காத பெண் வீட்டில் இருக்கும் அம்மாதான் பெண் வீட்டில் இருக்கிறோமே என்ற அவமான உணர்ச்சிக்கு ஆளாகிறாள். சம்பாதிக்கும் பெண்கள் வீட்டில் இருக்கும் அம்மாமார்களுக்கு இப்படிப்பட்ட உணர்வு எதுவும் இருப்பதில்லை.

பல பெண்களின் தாய்மார்களுக்கு தங்கள் பெண்களும் மாப்பிள்ளைகளுக்குச் சமமாக சம்பாதிப்பதில் ஒருவித பெருமிதமும் இறுமாப்பும் உண்டு. இது இயல்புதான். இந்தத் தலைமுறையில் பெண்களுக்கோ அல்லது ஆண்களுக்கோ மாமியார் ஸ்தானம் வகிப்பவர்கள், தங்கள் இளமைக் காலத்தில் பெண்களாகப் பிறந்துவிட்டதற்காகவோ அல்லது பெண்களைப் பெற்றுவிட்டதற்காகவோ பல விதமாக மட்டம் தட்டப்பட்டவர்கள். இது பொதுவான கருத்துத்தான். விதிவிலக்குகளும் உண்டு.

சில தாய்மார்கள் நேரடியாக பெண் வீட்டில் போய் இருக்கமாட்டார்கள். மாறாக, தன் வீட்டுக்கு வெகு அருகிலேயே பெண்ணைக் குடி இருக்கும்படி செய்வார்கள். பேரக் குழந்தைகளிடம் முழு உரிமை கொண்டாடுவார்கள். பெண் தனிக் குடித்தனம் இருக்கிறாள் என்பது பெயருக்குத்தான். முக்கால்வாசிப் பொழுதையும் அம்மாவின் வீட்டிலேயே கழிப்பாள். பாயாசம் என்ன வைக்கலாம் என்பதிலிருந்து பணத்தை எப்படி முத

பெண்கள் நகைகளை அணிவது இது வரை முகத்தோடு இருந்தது! இப்போது 'ஷூ'க்களிலும் நகைகளை அணிகிறார்கள்! படத்தைப் பாருங்கள், இப்படி 'ஷூ'க்களில் விலையுயர்ந்த கற்களை பதிப்பது இப்போதைய 'ஃபாஷன்' ஆகிவிட்டது மேலை நாடுகளில்!

— சம்பத்குமாரி

(ஆதாரம்: Society.)



வீடு செய்யலாம் என்பதுவரை அம்மாவின் யோசனையைக் கேட்டுத்தான் அமல் செய்வாள்.

பெண்களின் தாய்மார்கள் பெண்களின் புக்ககத்து மனிதர்களைப் பற்றி இன்று அடிக்கடி கூறும் புகார், "இவர்களுக்கு மருமகள், பேரக் குழந்தைகளிடம் ஆசையே இல்லை. பாசமே இல்லை. கிழங்களுக்கு தான் சாப்பிட்டு சுகமாக இருந்தால் போதும்" என்பது தான். உண்மையில் "கிழங்கள் ஒட்டாமல் ஒதுங்கிக் கொள்வதில் இவர்களுக்கு மிகவும் திருப்தியும் சந்தோஷமும்தான். இந்தப் புகார் உபசாரயாகச் சொல்லப்படுவதுதான்.

கிழங்கள் உரிமைகொண்டாடிக்கொண்டு ஒட்டிக் கொண்டால் அவர்கள் கேட்க வேண்டியிருக்கும் புகார் வேறுதான். 'இப்படிக் காரியம் செய்தான்; அப்படிக் காரியம் செய்தான்' என்று இடித்துரைப்பார்கள்.

அல்லது, 'இப்படி பத்து இட்லியும் பதினைந்து தோசையும் தின்றால் என் பெண் எப்படி சொந்த வீடு வாங்க முடியும்?' என்று சாப்பிடுவதைக் குறித்து புகார் செய்வார்கள்.

ஆண்களைப் பெற்ற பல தாய்மார்களுக்கும் தகப்பன்மார்களுக்கும் இன்று இந்தப் போக்கு (Trend) தெரியாமல் இல்லை. மருமகள் அவள் பிறந்த வீடு, இவர்கள் ஒரு கட்சி. பிள்ளையோ எதையும் கண்டு கொள்ளமாட்டான். ஆகவே நம் மரியாதையைக் காப்பாற்றிக் கொள்ள வேண்டும் என்றால் ஒதுங்கிக் கொள்வதே மேல் என்று விவேகம் உடையவர்களாக இருக்கிறார்கள்!

இன்று பெண் ஆணுக்குச் சமமாக எல்லாத் துறைகளிலும் பிரகாசிக்கிறாள் — பிரகாசிக்க வாய்ப்பு இருக்கிறது. பள்ளிக்கூட வாத்தியார் வேலையிலிருந்து பட்டாளத்து ஜெனரல் உத்தியோகம் வரை பெண்கள் போட்டியிடாத துறையே இல்லை.

இஞ்சினியர் மருமகளையும், டாக்டர் மருமகளையும், ஐ.ஏ.எஸ். மருமகளையும், மரியாதையாகத்தான் நடத்த வேண்டும். இவர்களிடம் சுவாதீனம் எடுத்துக் கொண்டுவிட முடியாது. காலங் காலமாக மருமகளையும் அவளைப் பெற்றவர்களையும் தாழ்வாகவே நினைத்துப் பழக்கப்பட்ட மன இயல்பை உடைய ஆண்களின் தாய்மார்களுக்கு பெண்களின் வாழ்வில் ஏற்பட்ட இந்தத் திருப்பம் திகைப்பையும், குழப்பத்தையும் பயத்தையும் உண்டாக்கத்தான் செய்யும்.

அடுத்த மாமியார் தலைமுறை எப்படி இருக்கும் என்று சொல்ல முடியாது., இஞ்சினியர், ஐ.ஏ.எஸ், டாக்டர், சி.ஏ. மாமியார்கள் மருமகள்மார்களிடம் (இவர்கள் ஒருவேளை வான வெளியில் ராக்கெட்டில் சுற்றிக் கொண்டிருப்பார்களோ? அல்லது கம்ப்யூட்டரை தலையிலே வைத்து ஏந்துக் கொண்டிருப்பார்களோ!) எப்படி நடந்து கொள்வார்களோ — அதை இப்பொழுது கூற முடியாது. ஆனால் ஆண்களைப் பற்றி ஒரு வார்த்தை சொல்லித்தான் ஆக வேண்டும்.

ஆண்கள் சுயநலம் மிக்கவர்களாகத்தான் இருக்கிறார்கள். தனக்கு நடக்க வேண்டிய சிசுருஷைகளில் ஏதாவது குறைந்துவிட்டால் தான் அவர்களுக்கு கடுங் கோபம் வரும். மற்றபடி மனைவி, தனது பெற்றவர்கள், மனைவியின் வீட்டார் இவர்களுக்குள்ள உறவு எப்படி இருக்கிறது, யார் யாரை எப்படி மனம்புண்படும்படி நடத்துகிறார்கள் என்பது பற்றித் துளியும் கவலைப்படமாட்டார்கள்.

தன் பிறந்த வீட்டினரைப் பற்றி ஓர் இழிவான சொல்லையும் தாங்க முடியாமல் பெண் சீறி எழுகிறாள் - இது அவள் இயல்பாகி விட்டது. எத்தனை படித்து, எத்தனை பெரிய உத்தியோகம் பார்த்தாலும், பெண்ணை விட்டு இந்தக் குணம் போகாது. ஆனால் தன் வீட்டாரைப் பற்றிய் குற்றச்சாட்டுக்களை மனைவியிடமிருந்து கேட்கும்போது ஆண் அதைப் பெரிதுபடுத்துவதில்லை. 'பூ' என்று அலட்சியப்படுத்திவிட்டுப் போய்விடுகிறான்.

இந்தக் கட்டுரை பொதுவாக நகரத்துப் பெண்களுக்குத்தான் பொருந்தும். கிராமங்களிலும், வட இந்தியாவிலும் பெண் கொடுமை ஒழியவில்லை. பெண்ணைக் கொளுத்துவதையும் கொலை செய்வதையும் மறக்க முடியாது. பெண்களைக் கொடுமைப் படுத்துவது அதிகமாக இருக்கிறது என்பதற்காக, பெண் கொடுமைப்படுத்துவதையும் மறைக்க முடியாதே!

— உமாதேவி ராமஸ்வாமி.

ஃபிப்ரவரி 86

மங்கையர் மலர்

இதழ் ஆண்டு மலராக
மலருகிறது.

100 யோசனைகள்

(மூன்றும் பாகம்)

— என்றும் பாதுகாக்க வேண்டிய பொக்கிஷம் —

வாழுங்கள் மகிழ்ச்சியாக!

— உற்சாகமூட்டும் மனோதத்துவக் கட்டுரைத் தொடர்.

சமையலறைச் சந்தேகங்கள்



உங்கள் சமையலில், சமைக்கும் பக்குவத்தில்,
உணவுகளைப் பாதுகாப்பதில்...... இப்படிச் சமையலில்
எந்தச் சந்தேகம் இருந்தாலும் எழுதுங்கள்.

இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் ஹோட்டல் மேனேஜ்மெண்ட் கேடரிங் டெக்னலஜி & அப்ளையட் நியூட்ரிஷியன் கல்லூரியின், நியுட்ரிஷியன் பிரிவின் தலைவர் திருமதி முல்லன் பதிலளிக்கவிருக்கிறார்.

நாங்களும் எழுதுவோம்

மங்கையர் மலரின் வாசகர்களான ஆண்கள்
கலந்து கொள்ளும் பகுதி.

மேலும் பல சிறப்பு அம்சங்கள்
— சிறப்புக் கதைகள் —

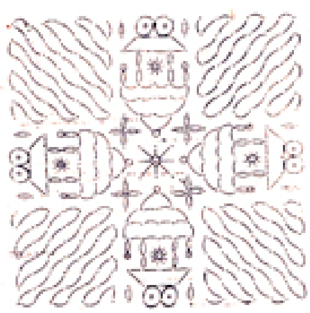
அதிக பக்கங்கள்
அதே விலை!

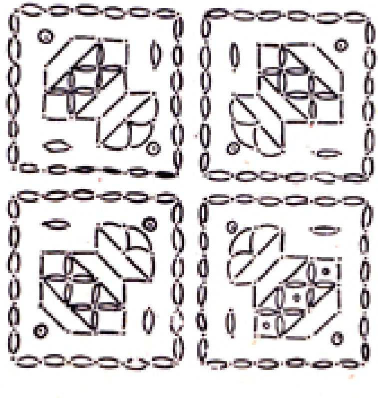
நியூஸ்

மதுரா கோட்ஸ் நிறுவனம் வருடா வருடம் எம்பிராய்டரி போட்டிகளை இந்தியாவெங்கும் நடத்துகிறது. "தமிழ்நாட்டில்தான் நிறைய பேர் கலந்து கொள்கிருர்கள். இந்தவருடம் எண்ணூறுக்கும் மேற்பட்ட எம்பிராய்டரிவகைகள் வந்தன. ஆயில் பெயிண்டிங்கைப் போலக் கூடச் செய்கிருர்கள்'' என்கிருர்கள் இந்நிறுவனத்தினர். பரிசு பெற்ற எம்பிராய்டரி தொகுப்புகளுக்கான கண்காட்சி சமீபத்தில் நடந்தது.

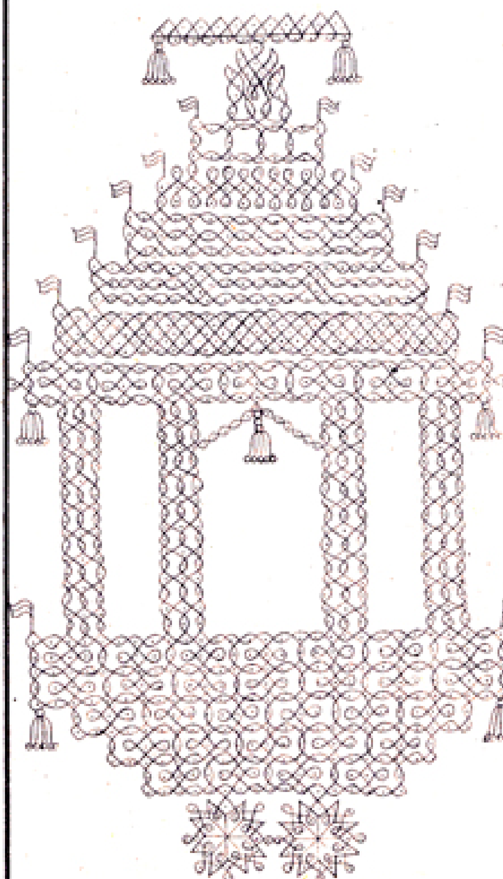
எண்ணெய் உடல் நலத்திற்குத் தீங்கு என்பது போய் சுத்திகரிக்கப்பட்ட எண்ணெய் கெடுதல் இல்லை என்ருகிவிட்டது. அதிலும் தாவர எண்ணெய்கள் உடலுக்குத் தேவையாம். சமீபத்தில் டாடா ஆயில் மில்ஸ் கம்பெனி 'லக்ஷ்மி' என்னும் சூரியகாந்தி எண்ணெயை அறிமுகப்படுத்தியுள்ளது. உடலுக்கு, இதயத்திற்கு நல்லதான 'ப்யூஃபா' மற்றவற்றைவிட இதில் அதிகமாக இருக்கிறதாம்.

பொங்கல் கோலங்கள்





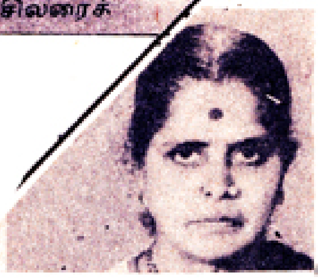
- பத்மாவதி



- சரோஜா

1986ன்

இந்த ஆண்டின் நம்பிக்கை நட்சத்திரமாக யாரை நினைக்கிறீர்கள்? எனச் சிலரைக்



திருமதி சரோஜா ராமமூர்த்தி (எழுத்தாளர்):

நம்பிக்கை நட்சத்திரம்னு சொல்லப் போனால் பலர் இருக்கிறார்கள். இருந்தாலும், என்னைக்கவர்ந்தவர் வயலின் வாசிக்கும் கன்யாகுமாரிதான். எம். எல். விக்கு அவங்க வாசிக்கறதே தனிதான். வேற யாரும் அவ்வளவு ஈடுகொடுக்க முடியாது. அதேபோல, மாண்டலின் ஸ்ரீனிவாஸுக்கு அவங்கவாசிக் கறதே எடுப்பு! ஏழெட்டு வருஷம் முன்னாடி, கிருஷ்ணகான சபையில் அவரது முதல் கச்சேரியைக் கேட்டேன். அன்னிலேருந்து இன்னிவரைக்கும் அவங்களோட வாசிப்பில





பி. என். வணஜா







படிப்படியான முன்னேற்றம் தெரிகிறது. ஒரு பக்கம் பெரியவங்ககிட்ட கத்துக்கற தன்மையும், அதே சமயம் இளைய தலைமுறைக்குக் கற்பிக்கிற திறமையும் நல்லா அமைஞ்சிருக்கு. மேதாவிலாசமில்லாம, அவங்க வயலின் வில்லோட ஹம்ஸத்வனியை நாளெல்லாம் கேக்கலாம்! நிச்சயம் அவங்கதான் 86ன் நம்பிக்கை நட்சத்திரமா எனக்குப் படறது!



கே. மீரா

செல்வி பி. என். வணஜா (புக்கிங் கிளார்க், சென்னை சென்ட்ரல் ரயில் நிலையம்):

கிரிக்கெட் வீரர் ஸ்ரீகாந்தோட ஆட்டமே தனிதான். அவர் பேட்டை எடுத்தாலே போதும் களத்தில் ஒரே பரபரப்பு, விறுவிறுப்பு. அவர் அடிக்க ஆரம்பித்தால் அவருக்கு ஈடாக விளையாடக்கூடிய பாட்ஸ்மென் யாருமே கிடையாது. முன்னாள் பிளேயர் ஸ்மித்துடன் சிலர் இவரை ஒப்பிடுறாங்க.

நம்பிக்கை நட்சத்திரங்கள்

கேட்டபோது—











எனக்கென்னமோ, இவர்தான் அவரைவிட சிறந்த பாட்ஸ்மேனாக தோன்றுகிறது ஸ்ரீகாந்துடைய ஃபீல்டிங், இந்திய அணிக்கு 'தீபாவளி போனஸ்' மாதிரி! இன்னிய தேதிலேயும், வரப்போகிற வருஷத்துலே யும்கூட இவரைவிடச் சிறந்த ஃபீல்டரை நாம் காணமுடியாது. ஆக, இவர்தான் என் நம்பிக்கை நட்சத்திரம்.

செல்வி கே. மீரா (மீனாட்சி கல்லூரி மாணவி):

எனக்குத் தெரிந்தவரை, என் நம்பிக்கை நட்சத்திரமாக நான் குறிப்பிட விரும்புவது எங்கள் கல்லூரிமுதல்வர் குமாரி லக்ஷ்மியைத் தான். அவருடைய 'அட்மினிஸ்டிரேஷ'னில் எங்கள் கல்லூரி எவ்வளவோ



கே. மீனாட்சி



முன்னேறி யிருக்கிறது. எதிலும் தீர்க்கமாக முடிவெடுப்பார். அவருடைய வில் பவரைப் பற்றி அவரிடம் பழகிய அனைவருமே ஆச்சரியப் படுகிறார்கள். மாணவிகளை பல துறைகளி லும் ஊக்குவிக்கும் இவரது பாங்கு எங் களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதம். உதாரணமாகச் சொன்னால், துணைப்பாடமாக படிக்கிற புத்தகங்களின் ஆசிரியர்களை கல்லூரிக்கு அழைத்து, கலந்து உரையாட ஏற்பாடுகள் செய்து அவரிடமே சந்தேகங்களைத் தீர்த்துக் கொள்ள சந்தர்ப்பம் அளிக்கிறார் என்பது புதுமையே!

ஒழுக்கத்திற்கு முதலிடம் தருகிறார் என் பதற்கு அவரே எங்களுக்கு எடுத்துக்காட் டாக இருப்பது பெருமைக்குரியது. மாணவி களையும், ஆசிரியைகளையும் அரவணைத்துச் செல்லும் அவரது திறமையைப் பார்த்தால் கல்வித் துறைக்கு எண்பத்தாறில் மட்டுமின்றி வருகிற ஆண்டுகளிலெல்லாம் எங்கள் நம்பிக்கை நட்சத்திரம் அவரே என லாம்!

கே. மீனாட்சி (ஆசிரியை, சின்மயா வித்யாலயா):

நமது பிரதம மந்திரி ராஜீவ் காந்திதான் வருகின்ற ஆண்டின் சிறந்த நம்பிக்கை நட்சத்திரம் என்பதில் யாருக்கும் சந்தேகம் இருக்காது. பதவிக்கு வந்த சில காலங்களிலேயே அவரது திறமை, வேகத்தோடு கூடிய விவேகம் — எல்லாமே நம்மை பூரிக்க வைக்கின்றன. குறிப்பாக, ஓர் ஆசிரியை என்கின்ற முறையில் அவரது புதிய கல்விக் கொள்கையை நான் பெரிதும் வரவேற்கின்றேன். வேலைக்கேற்ற படிப்பு என்று பேச்சோடு இல்லாமல், அதனை நடைமுறைப்படுத்த எல்லா தரப்பட்ட மக்களின் கருத்துக்களைச் சேகரித்து அதன் அடிப்படையில் கல்வியை வளர்க்க அவர் எடுத்து வரும் முயற்சியை நாம் பாராட்ட வேண்டும். அதேபோல் அமெரிக்க நாட்டைப் போல **Zero Based Budget** கொண்டு வர முயற்சிப்பதும் வரவேற்கத்தக்க ஒன்று! மொத்தத்தில், அரசியலில் மட்டுமல்லாமல், எல்லாத் துறைகளிலும் வளர்ச்சிக்காக அவர் எடுத்து வரும் முயற்சிகளும், சுமுகமான அமைதியான சூழ்நிலைக்காக எடுத்துவரும் அவரது நடவடிக்கைகளும் உலகிற்கே வழிகாட்டி!

திருமதி அலமேலு சீதாபதி (எல்.ஐ.சி. ஏஜெண்ட்):

பி.டி.உஷாதான் வரப்போகிற பல ஆண்டுகளுக்கு நமக்கு நம்பிக்கை நட்சத்திரம். நம்பிக்கை நட்சத்திரம் என்பதைவிட 'புரட்சி வீராங்கனை' நட்சத்திரம் என்று சொல்வது தான் சரி! அவர் அடுத்தடுத்து சாதித்து வரும் சாதனைகளைப் பார்த்தால், ஒவ்வொரு விளையாட்டு வீரரும் அவரிடம் கற்க வேண்டியது நிறைய இருக்கின்றன. உலக அரங்கில் இந்தியாவின் பெயரையும் புகழையும் நிலை நிறுத்தப் போகின்றவர் அவரே! நிச்சயம் ஓட்டப் பந்தயத்தில் அவர் ஒரு 'லெஜண்டு' என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்!

செல்வி பி. சீதா (தனியார் நிறுவன ஊழியர்):

தம் ஸ்டைலால், ரசிகர்களைப் புயலாக ஆக்ரமித்து, திக்குமுக்காடச் செய்த ஒரே நடிகர் ரஜினிகாந்த் மட்டுமே! இப்படி ஆரம்பித்த அவரது நடிப்பு இப்போது தென்றலாக மாறி இதமாக வீசி வருகிறது என்பது உண்மை. 'ராகவேந்திரர்' போன்ற பக்திப் படங்களாகட்டும், விறுவிறுப்பான இந்திப் படங்களாகட்டும், 'தில்லு முல்லு' போன்ற காமெடியாகட்டும், அல்லது படிக்காதவன் போன்ற ஆழமான நடிப்பாகட்டும் அவருடைய பாணியே தனிதான்! அவருடைய சுறுசுறுப்பும், துடிப்பும் இந்த அளவுக்கு மற்றவர்களிடம் காணவே முடியாது. ஆக தமிழிலும் சரி, இந்தியிலும் சரி, 86ன் "சூப்பர் 'சூப்பர் ஸ்டார்'" ரஜினிகாந்த் ஒருவர்தான் என்பது என் அபிப்ராயம்.

திருமதி ரங்கநாயகி திருவேங்கடம் (குடும்பத் தலைவி):

பல எழுத்தாளர்களின் கதைகளைப் படித்து இருக்கிறேன். இருந்தாலும், சிவசங்கரிதான் என் அபிமான எழுத்தாளர், நட்சத்திரம் எல்லாம். அதுவும், சமீபகாலமாக அவரது எழுத்துக்களில் உள்ள சீர்திருத்தப் போக்கு வளர்ந்து வரும் சமுதாயத்திற்கு — குறிப்பாக நம் வருங்கால சந்ததிக்கு அவசியமானது. அனுபவபூர்வமாக எழுதுவதும், யதார்த்தமான நடையும் இன்றைய எழுத்துலகில் அவரைவிட அழகாகச் சித்தரிக்க யாருமில்லை. அதுமட்டுமில்லாமல், அவரது எழுத்துக்களில் உள்ள அழுத்தம் ஓர் சிறப்பம்சம். அவரை எண்பத்தி ஆறின் நம்பிக்கை நட்சத்திரமாக எண்ணுவதில் பெருமைப்படுகிறேன்!

பேட்டி: எஸ். ஆர். சங்கர்.

உங்கள் கைகளிலேயே குணப்படுத்தும் சக்தி...



சுளுக்கு, தசைபிடிப்பு, முட்டுநோவு, உடல்வலி இவைகளுக்கு.

பாசமிக்க மென்மையான உங்கள் கைகளின் ஸ்பரிசம், கூடவே குணப்படுத்தும் சக்திமிக்க அயொடெக்ஸ்— உங்கள் குடும்பத்திற்குத் தேவை. எனவே கைவசம் இருக்கட்டும் அயொடெக்ஸ். ஏனெனில், பாதிக்கப்பட்ட திசுக்களைக் குணப்படுத்தும் அயொடின் மற்றும் வலிதணிக்கும் மீத்தைல் ஸலிஸிலேட் கொண்டது அயொடெக்ஸ்.

அயொடெக்ஸ் இரு முறை தினம் தடவ இரு மடங்கு குணம்

வலி தணியும் வரை, தினம் இருமுறை அயொடெக்ஸ் தடவ டாக்டர்கள் பரிந்துரைக்கின்றனர்... பின்னரும் இரு தினங்கள்... ஏனெனில் வலி ஒரு அடையாளம் மட்டுமே. நிஜமான பிரச்சினை, திசுக்களின் உள்ளார்ந்த பாதிப்பு.

எனவே, உமது அன்பிற்குரியோர், சுளுக்கு, தசைப்பிடிப்பு, மூட்டுநோவு, உடல்வலி இவற்றால் துன்புறுகையில் அயொடெக்ஸ் தடவித் தேயுங்கள் தினம் இருமுறை. இருமடங்கு வேகமாக அவர்கள் தத்தம் வேலைகளை கவனிக்கத் தொடங்குவர். உங்களை அன்புடன் நினைப்பார்கள்.

அயொடெக்ஸ்®- குணப்படுத்தும் சக்திகொண்ட பாம்

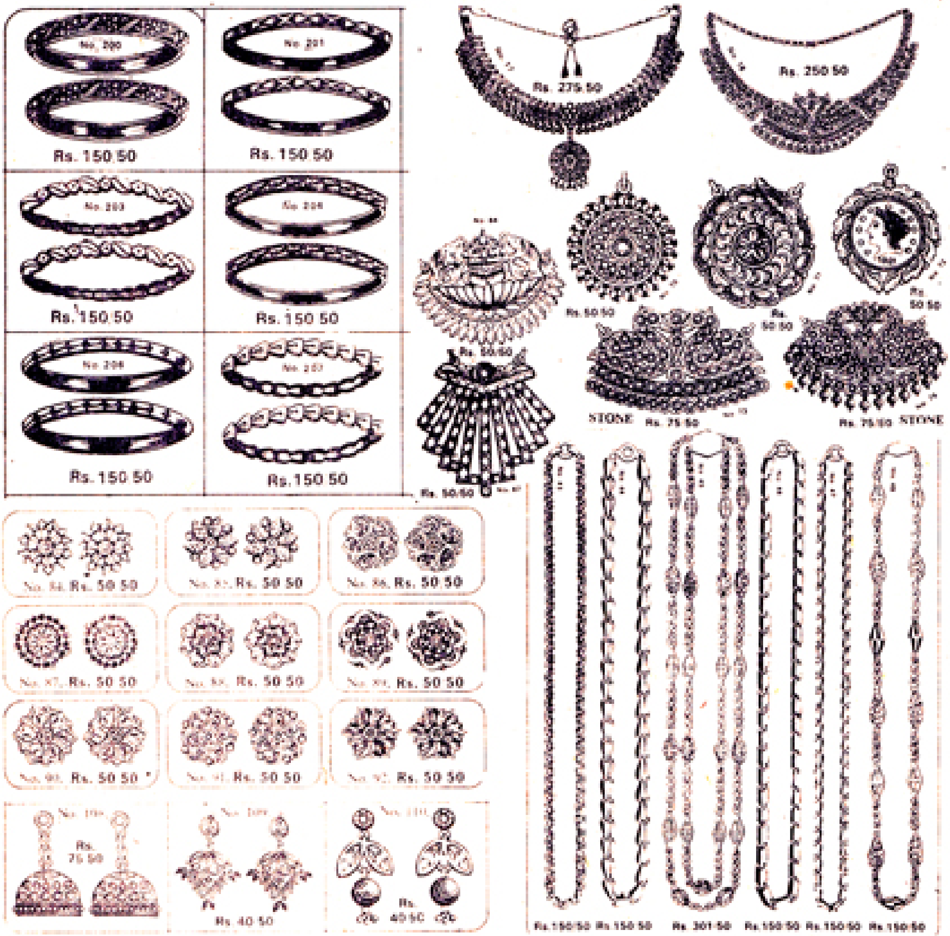
SKOF – ஓர் எஸ்கேஃப் தயாரிப்பு

ELL-1506

"மெரி"

தங்க கவரிங் நகைகளுக்கு தன்னிகரற்ற பெயர்!

கண்ணைக்கவரும் அழகும், பொலிவும், தரமும், உத்திரவாதமும் உடைய உலகப் புகழ்பெற்ற 22 Ct ''மெரி'' தங்க கவரிங் நகைகளை வாங்கி, அணிந்து மகிழுங்கள்!



நகைகளின் நம்பர்களைக் குறிப்பிட்டு எழுதினால் வி.பி.பி. மூலம் நகைகள் அனுப்பப்படும் வி.பி.பி. சார்ஜ் தனி. இலவச கேட்லாக்கைப் பெற எழுதுங்கள்!

மெரி கோல்டு கவரிங் ஒர்க்ஸ்

**தபால்பெட்டி : 1405, 14, ரங்கநாதன் தெரு,
தி. நகர், சென்னை-600 017.**



சொல்ல விரும்புகிறேன்

* ''வறுமையை ஓட்ட வாகனம் ஓட்டிய பெண்ணின் கதை என்னை நெகிழ வைத்தது. இப்படியும் பெண்கள் இருக்கிறார்களா? என்று வியந்தேன். எத்தகைய இடர்வரினும் துணிந்து நின்று தன் குடும்பத்திற்குச் சிறப்பைத் தேடித் தருவதே பெண்ணின் கடமை என்பதை அந்தப் பெண்மணி நன்கு உணர்த்தி விட்டார்.''

வெ. ச. தமிழரசன், சிதம்பரம்.

* 'அன்பு தேடும் அந்தக் குழந்தை' இன்றைக்கு வேலைக்குப் போகும் பெண்களின் பிரச்னையைப் படம் பிடித்துக் காட்டியது. மனோதத்துவ ரீதியில் அமைந்த அக்கட்டுரை மனத்தைக் கவர்ந்தது.

எஸ். கணேசன், திருநெல்வேலி.

* விலகினாலும் தொடரும் தொல்லை கட்டுரையில் டாக்டர் கொடிமணி அவர்கள் பெண்களின் நிலையைத் தெளிவாக, எளிமையான நடையில் விளக்கி அதனால் ஏற்படும் மாற்றங்களையும் நன்றாகக் கூறியுள்ளார்கள்.

கபிலா ஸ்ரீதர், கோவை—38.

* ரஜனி சந்தானம் அவர்களின் ''இன்னொரு பக்கம்' உண்மையிலேயே மிக அருமையான சிறுகதை. ஆனால் சங்கரின் ஸ்கூட்டருக்குப் பதிலாக ஓவியர் ஜெ... பைக்கை வரைந்து விட்டாரே! கதையின் தலைப்பைப் பிரசுரித்த விதம் மிக அருமை.

வித்யா, தர்மபுரி—2.

* பொது அறிவைப் பெருக்கும் 'தெரிந்து கொள்ளுங்கள்' எனும் புதிய புகைப்படப் பகுதி மிகவும் பயனுள்ள ஒன்று. ஆமாம். 'மலைக்கோட்டை'ப் படத்தைக் கோட்டை விட்டு விட்டீர்களே!

குடந்தை முரளி, திருவையாறு.

* விமலா ரமணியின் குறுநாவல் 'நிழல் சித்திரங்கள்' நிஜமாக மனத்தில் பதிந்துவிட்டது. ஆசிரியைக்கு எவ்வளவு பாராட்டு மாலைகள் சூட்டினாலும் தகும்.

கல்யாணி குமார், ஜபல்பூர்.

* ராஜம் கிருஷ்ணனின் 'அறிஞர்கள் சிந்திப்பார்களா?' கேள்விக் கட்டுரை 'ஆண்கள் சிந்திப்பார்களா?' என்று கூட ஆங்காங்கே கேள்வி எழுப்பியதோடு 'அரசு சிந்திக்குமா?' என்றும் கேட்டு வைத்திருக்கிறது. காலம்தான் பதில் சொல்ல வேண்டும்!

ஐயாறு எஸ். வாசுதேவன், சென்னை—14.

* ''அப்பளம் இல்லாத கல்யாணமா?'' எனும் தலைப்பில், கல்லிடைக்குறிச்சி அப்பள தயாரிப்பினைச் சிறப்பாக விளக்கி, குடிசைத் தொழிலான அப்பளத் தொழிலை ஊக்குவித்த உங்களுக்கு எனது மனமார்ந்த வாழ்த்துக்கள்.

இரா. வேல்மணி, சின்ன சேலம்.

* 'அப்பளம் இல்லாமல் கல்யாணமா?' பேட்டியில் பெரிய நகரங்களில் சாதாரண அப்பளத்தை கல்லிடை குறிச்சி அப்பளம் என கூறி விற்கிறார்கள் என எழுதியிருக்கிறீர்கள். 'ஒரு சிலர் விற்கிறார்கள்' என எழுதியிருந்தால் பொருத்தமாக இருந்திருக்கும். இவ்வாறு எழுதுவதால் உண்மையாகவே அங்கிருந்து தருவித்து விற்கும் எங்களைப் போன்றவர்களின் வியாபாரம் மிகவும் பாதிக்கப்படும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியாதா? எங்களின் குரலையும் வெளியிடுங்கள்.

ஒரு வியாபாரி, பெங்களூர்.

* கவிஞர் முருகதாசிற்குச் சகோதரி நல்ல சாட்டையடி கொடுத்தமைக்கு மிக்க நன்றி.

எஸ். என். லக்ஷ்மி, உத்தமபாளையம்.

* ''எங்கள் வீட்டுக் கோபர்காஸ் ப்ளாண்ட்'' சிறுகதை அமர்க்களமாய் இருந்தது என்றால் செல்லத்தின் ஓவியம் அட்டகாசமாக இருந்தது.

ஆர். அரிகோபி, குடியாத்தம் (வ. ஆ.).

அட்டை வண்ணப்படம்: யோகா படத்தில்: குமாரி ஸ்ரீநிதி ரங்கராஜன்

ஜனவரி 2ந் தேதிக்கு அறுபது வயது நிறைந்து விழாக் கொண்டாடப் போகும் திருமதி ஒய். ஜி. பி. யைப் பார்த்த போது ஆச்சரியமாகத்தான் இருந்தது. முகத்தில் ஒரு சுருக்கம் இல்லை. இவருக்கா அறுபது வயது என ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. எந்தக் கேள்வி கேட்டாலும் கடைசியில் தன் பள்ளி யைப் பற்றிய பேச்சில்தான் திரும்புகிறார். பத்மா சேஷாத்ரி பள்ளியின் முதல்வரான இவருக்கு அத்தனை ஈடுபாடு தன் பள்ளியில்—

இவரிடம் சில கேள்விகள் —

''உங்களுடைய அறுபது வயது வாழ்க் கையைத் திரும்பிப் பாருங்கள். எதை உங்க ளின் சாதனையாகக் கருதுகிறீர்கள்?''

''எந்த நாட்டுக்கு, எந்த ஊருக்குப் போனா லும் 'குடுகுடு'வென்று அறிவு நிரம்பிய முகத் தோடு யாராவது ஒரு இளைஞன் ஓடி வரு வான். ''மேடம், நான் உங்க ஸ்டூடண்ட்' என்று 'விஷ்' பண்ணும்போது சந்தோஷமா இருக்கும்.

அப்படித்தான் நான் ஒருமுறை அமெ ரிக்கா போயிருந்த போது மிகவுயர்ந்த பதவி வகிக்கும் ஒரு இளைஞன் சொன்னான் —

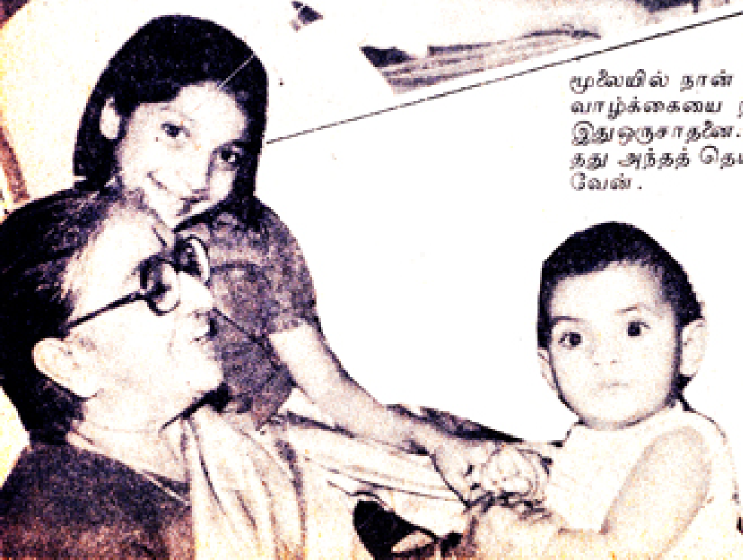
''நான் சூரியோதயத்தை, சூரிய அஸ்த மனத்தைப் பார்த்துக்கிட்டே உட்கார்ந்திருப் பேன். நீங்க அடிக்கடி சொல்வீங்களே, நம்ம கையிலே எதுவுமே இல்லை; நம்மையும் மீறி ஒரு பிரம்மாண்டமான சக்தி நம்மை வழி நடத்திக்கிட்டுப் போறது. அதை நினைச்சு அன்னன்னிக்குக் காரியத்தை ஒழுங்காச் செய்தாலே போறும்; நம்பிக்கைக் கைவிடா து'ன்னு. அதை நினைச்சுப்பேன்.

இந்த அளவு உயர்றதுக்குக் காரணமான தெய்வத்துக்கு நன்றி சொல்லிட்டு இன்னும் நல்லா வேலை செய்யறேன். அந்த அடக்கத்தைக் கத்துக் கொடுத்ததே 'நீங்க தானே?'ன்னான்.

எனக்கு என்ன சொல்றதுன்னே தோணலை. எங்கேயோ உலகின் ஒரு

வாழ்க்கை என்பதே





மூலையில் நான் சொன்ன வாசகங்களிலே வாழ்க்கையை நடத்தமுன் ஒரு இளைஞன். இது ஒருசாதனை. இதுக்கும்வாய்ப்புக்கொடுத் தது அந்தத் தெய்வம்தான் என்று சொல்லு வேன்.



சுவையான போராட்டம்தான்!

''இந்த வாய்ப்பு உங்களுக்கு எப்படி ஏற்பட்டுச்சு? அதாவது இந்தப் பள்ளிய நீங்க எப்படி ஆரம்பிச்சீங்க?''

இது மொதல்லே நுங்கம்பாக்கம் லேடீஸ் கிளப்பால ஆரம்பிக்கப்பட்டது. எங்களுடைய குழந்தைங்க படிக்கறதுக்கு, நம்ம பண்பாட்டைச் சொல்லிக் கொடுக்கிற நல்ல பள்ளிக் கூடம் இல்லையேங்கற உத்வேகத்துல ஆரம்பிச்சோம்.

ஒவ்வொரு கட்டத்துலயும் போராட்டம் தான். ஒரு சாதாரண கூரைக் குடிசையா ஆரம்பிச்சோம். ஒய். ஜி. பி. யால சில சினிமா நடிகர், நடிகைகளைத் தெரியும். அவங்க கிட்டேயெல்லாம் போய் டொனேஷன் கலெக்ட் பண்ணோம். எஸ். எஸ். ஆர்., ராஜ சுலோசனா போன்றவங்கள்ளாம் கொடுத்தார்கள்.

நான் ஒரு கல்யாணத்துல திரு. எம். ஜி. ஆரைப் பார்த்துச் சொன்னவுடனே, மறுநாளே ஏழாயிரம் ரூபாய்க்கு 'செக்' கொடுத்தார். இது இருபத்தைந்து வருடங்களுக்கு முன்னால! சேஷாத்ரிங்கறவர் தன் மனைவி பெயரால ஒரு பள்ளி ஆரம்பிக்கணும்னாரு. நான் எங்க பள்ளிக்கு அவரக் கூட்டிக்கிட்டு வந்து காண்பிச்சேன். அவர் 30,000 ரூபாய் கொடுத்துத் தன் மனைவி பெயரையே வைத்தார்....

''அப்படி என்ன உங்க ஸ்கூல் தனிச்சிறப்பு வாய்ந்தது...?''

''நாங்க ஆரம்பிச்சதே நம்முடைய பண்பாட்டுக் கலாசாரத்தோட கூடிய கல்வி வேணுங்கறதுக்காகத்தான். அதனால ரெகுலர் சிலபஸ்ஸோட நம்முடைய பண்பாட்டுக் கலாசாரத்திற்கும் முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறோம்.

இராமாயணம், மகாபாரதம் போன்ற காப்பியங்களைச் சொல்றோம். எங்களுடைய ஆண்டு விழாவில இந்த மாதிரியான ஒரு முழு நாடகத்தையே போடறோம்.

அதேபோல சமூக சேவை, மாணவர் பெற்றோர் உறவு இப்படி எல்லா நிலையிலேயும் பார்க்கிறோம்...''

''மாணவர் — பெற்றோர் உறவா? அது என்ன அவ்வளவு சிக்கலானதா?''

> ''எந்த நாட்டுக்கு, எந்த ஊருக்குப் போனாலும் 'குடுகுடு' வென்று அறிவு நிரம்பிய முகத்தோடு யாராவது ஒரு இளைஞன் ஓடி வருவான்...''

''நிச்சயமா. என்னுடைய அனுபவத்தில் பல நிகழ்ச்சிகள் நடந்திருக்கு. அதுல என்னால மறக்கவே முடியாத ஒரு சம்பவத்தைச் சொல்றேன்.

தன்னுடைய மகன் மார்க் குறைச்சலா வாங்கிட்டான்னு பெல்ட்டாலே விளாறி ஜட்டி, பனியனோட வீட்டை விட்டே துரத்திட்டார் அப்பா. அவன் நேரா எங்க ஆசிரி



யையோட வீட்டுக்கு வந்துட்டான். அவங்க பதறிப் போய் எனக்குப் போன் பண்ணுறாங்க.

நான் "அவனே உங்க வீட்டிலேயே வச்சுக்கோ. இல்லேன்னு ஏதாவது பண்ணிக்கப் போறான். நான் அவங்கப்பாகிட்டே பேசிக்கிறேன்னு சொல்லிட்டேன்."

மறுநாள் காலையில் போன் பண்ணு அவங்கப்பா, "எங்க பரம்பரையில யாருமே இந்த மாதிரி கொறச்சலா மார்க் வாங்கினதில்லே. நான் அப்படித்தான் செய்வேன். நீங்க இதுல தலையிடாதீங்க!" என்றார்.

"நான், "இந்த மாதிரி கொடுமைப்படுத்தறது குத்தம் தெரியுமா?"ன்னு மிரட்டிக் கூடப் பார்த்தேன். அவர் ஒன்னும் அசையறதாயில்ல. அப்புறம் அவர் வேலே செய்யும் ஆபீஸின் டைரக்டருக்குப் போன் பண்ணி விஷயத்தைச் சொன்னேன். அப்புறம் அவர் மிரட்டி, சமாதானம் பண்ணி ஒரு வழியாக விஷயம் முடிஞ்சது...

"நான் ஒரு கல்யாணத்துல திரு. எம்.ஜி.ஆரைப்பார்த்துச்சொன்ன வுடனே, மறுநாளே ஏழாயிரம் ரூபாய்க்குச் 'செக்' கொடுத்தார்."

அதேபோலமூன்று மாணவர்கள் வியாழக்கிழமையா லீவு போட்டப்ப அவங்க பின்னணி என்னன்னு ஆராய்ந்தேன். குடிகார அப்பாவுக்கும், வீட்டைப் பற்றிக் கவலைப்படாத தாய்க்கும் பிறந்து வெறுப்புள்ள அந்த மாணவர்களின் வாழ்க்கையில தலையிட்டு அவர்களைத்திருத்த வேண்டியதாச்சு..."

"இப்படி காலையிலேருந்து ராத்திரி வரை இதுவே உங்களுக்கு சரியா இருக்குமே? என்றைக்காவது ஒருநாள் உங்களுக்கு "ஏன்டா இந்த வேலையை எடுத்துக் கொண்டோம்? 'ஹாய்'யாக வீட்டோட இருந்திருக்கலாமே'ன்னு சலிப்பா இருந்திருக்கா?

"நிச்சயமா இல்லே. ஏன்னு நான் வீட்டையும் வேலையையும் குழப்பிக்கிறதே இல்லே. ஸ்கூல்ல இருக்கும்போது வீட்டு ஞாபகமே வராது. வீட்டுக்குப் போய்விட்டா ஸ்கூல் பிரச்னைகளைப் போட்டுக் குழப்பிக்கிறது இல்ல. இந்த அடிப்படைத் தெளிவு இருந்தால் நிச்சயமா வாழ்க்கையில சோர்வு வராது.

அதுவும் ஸ்கூல் போலவே வீட்டிலேயும் 'பிஸி'யா இருக்க வேண்டியவ நான். ஒய். ஜி. பி. யோட டிராமா ரிகர்சல் இருக்கும். மகேந்திரன் நாடகத்துக்காக ரெடி பண்ணிக்கிட்டுஇருப்பான். மருமகளும்வேலைபாக்கறா. அது தவிர வர்றபோறவிருந்தாளிகள் அதிகம். சில சபாக்கள்ள புரோகிராம் ஏற்பாடு பண்றது... இப்படி ஓயாம வேலைதான்."

"ராத்திரி தூங்கிடக் கூடாதுங்கிறதுக்காகதலையிலநல்லெண்ணெயைத் தேச்சுக்கிட்டுப் படிப்பேன்..."

"இதையெல்லாம் நான் சுமையா நினைக்கிறதில்லே. எனக்கு இதெல்லாம் கடவுள் கொடுத்த வாய்ப்பா நினைச்சிக்கிறேன். செய்யறேன். இதையேதான் என் மாணவர்களுக்கும் சொல்றேன்..."

"உங்கள் வாழ்க்கையில போராட்டமான நாட்கள்னு உண்டா?"

பட்டதாரியாகி இருபது வருஷம் கழிச்சு மீண்டும் படிக்கப் போன நாட்களைத்தான் சொல்லணும். பத்மா சேஷாத்ரி ஸ்கூல்ல பிரின்ஸிபலா ஆகணும்னு என்னை நான் தகுதியுள்ளவளாக்கிக்கணும். மைசூர்லே பி. எட். படிக்கப் போனேன். இரண்டு மாசம் அங்கேயே தங்கிப் படிக்கணும். மீதி நாட்கள்ள இங்க பாடங்கள் வரும்.

அந்த இரண்டு மாசம் வறுத்து எடுத்துடுவாங்க. அவ்வளவு கஷ்டமான பாடங்கள். ராத்திரி தூங்கிடக் கூடாதுங்கறதுக்காக தலையில நல்லெண்ணெயத் தேச்சுக்கிட்டுப் படிப்பேன். தலையில எண்ணெய் இருந்தா எப்படித் தூக்கம் வரும்? அப்போ எனக்கு நாப்பத்தஞ்சு வயசு. படிக்கிற வயசா இது? படிச்சு முடிச்சுட்டு எண்ணெய் தேய்ச்சுக் குளிச்சுட்டுத் தூங்குவேன்.

அப்படி முடிச்சுட்டு இங்க வந்தா ஆண்கள் பள்ளிக்கு ஒரு பெண் முதல்வரா இருக்கிறதா? கூடாது, வழக்கமில்லேன்னுட்டாங்க. காஷ்மீர்ல பெண்கள் மாநாட்டுக்குப் போய்த்

மலிவுடன் பொலிவு
சிறிய அளவிலும் உறுதி குன்றாத
சுவை கூட்டும் பிரஷர் குக்கர்.



IS : 2347

jewel® PRESSURE COOKER

ஜீவல்
பிரஷர் குக்கர்

ISI அத்தாட்சி பெற்றது

- உறுதியான உடலமைப்பு—முற்றிலும் சுத்தமான அலுமினியத்தினாலானது
- எவர்சில்வரினால் ஆன ''வென்ட் பைப்''
- வசதியான 2.5, 3.5, 4.5, 5.5, 7.5, 8.0, 9.0, 10.5, 12.5 லிட்டர் அளவுகளில் அலுமினியம் or எவர்சில்வர் உட்பாத்திரங்களுடன் கிடைக்கிறது.
- நாடெங்கிலும் உள்ள விற்பனை மற்றும் சேவைப் பிரதிநிதிகள், உதிரி பாகங்களையும் வழங்குகிறார்கள்.
- ''ஆட்டோமேட்டிக் லிப்டிங் சிஸ்டம்''—சமையலுடன் மற்ற வேலைகளையும் கவனிக்க வசதி புரிகிறது.
- எல்லா அளவு ஜீவல் பிரஷர் குக்கர்களின் மூடிகளுக்கு ஏற்றாற்போல் பிரஷர் பான்களும் கிடைக்கிறது.

ஆனந்தா ஏஜன்ஸீஸ்

45-46 தெற்கு ஆவணி மூல வீதி, மதுரை-625 001.
போன்: 30576

சந்தோஷ நாடார் சன் (பர்ம்), 88, நைனியப்ப நாயக்கன் தெரு, சென்னை—3. போன்: 37050.
சந்தோஷ நாடார் & சன், 3, மாலை அங்காடி, சென்னை—3, போன்: 36046/31752.
எம். எத்திராஜுலு நாயுடு, 7/4/18, மாலை அங்காடி, சென்னை—3, போன்: 32106.
எஸ். செல்லத்துரை நாடார் கார்ப்பரேஷன், 360, T.H. ஹைரோடு, வண்ணாரப்பேட்டை, சென்னை—21, போன்: 553227.
சுந்தர் ஸ்டோர்ஸ், 69, உஸ்மான் ரோடு, தி. நகர், சென்னை—17, போன்: 443834.
சேகர் ஸ்டோர்ஸ், 21, ஆற்காடு ரோடு, கோடம்பாக்கம், சென்னை—24. போன்: 422436.
ஜின்னு எண்டர்பிரைசஸ், 38, ரத்தன் பஜார், சென்னை—3, போன்: 37815.
அம்பிகா ஸ்டோர்ஸ், 140A, ஆற்காடு ரோடு, வடபழனி, சென்னை—24. போன்: 420833.

தீர்மானம் நிறைவேற்றிக் கொண்டு .வர்ற அளவுக்கு ஆச்சு...

இந்தப் பள்ளியின் ஒவ்வொரு வளர்ச்சிக் கட்டமுமே சுவையான போராட்டம்தான்.." என்று சிரிக்கிறார் திருமதி பார்த்தசாரதி.

"படித்த சிந்தனையுள்ள பெண்கள் பலர் வீட்டில் மதிக்கப்படுவதில்லை. பெரிய ஆபீசராக இருந்தா' கூட வீட்ல ஒரு யோசனை சொன்னா, 'சரிதான் எனக்குத் தெரியும் போ' என்று அமுக்கி விடுவார்கள். உங்கள் நிலை எப்படி?" என்று கேட்டபோது பெரிதாகச் சிரித்தார்.

"நிச்சயமா எனக்கு இந்தப் பிரச்னையே இருந்ததில்லை. ஐ. ஜி. பி. ஆகட்டும், என் பிள்ளைகளாகட்டும் எதுவானாலும் பேசலாம், விவாதிக்கலாம். நான் கொஞ்சம் 'விவாதிக்கும் டைப்' கூட. எங்கள் வீட்டில் அவரவர் வரையில் அவர்வருக்கு முழு சுதந்திரம் உண்டு..."

"இப்போ எதைப் பத்தி ரொம்பத் தீவிரமா யோசிச்சுக்கிட்டிருக்கீங்க..."

"புதிய கல்விக் கொள்கைன்னு பேசிக்கிட்டு இருக்காங்க. ஒவ்வொருத்தருக்கும தன்னம்பிக்கையும், தனி மனித ஒழுக்கமும் வளரணும்னு நினைக்கிறேன். இது இரண்டையும் தர்ற கல்விமுறை வந்துதான்னு ரொம்ப சிறப்பா இருக்கும். வாழ்க்கை மட்டுமல்ல, நாடும் நல்லா வளரணும்னு நினைக்கிறேன்."

பேட்டி: **மஞ்சுளா ரமேஷ்.**

புகைப்படங்கள்,

'வண்ணப்படம்: **யோகா.**



புக்ஷெல்ஃப்

முன்னேற்றத்திற்கு 32 தியானங்கள்

ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு தியானமாக முப்பத்திரண்டு நாட்களுக்கு மனத்தில் உருவேற்றி, வாழ்க்கையில் முன்னேற வழிகாட்டுகிறது. விலை ரூ 6/–

சௌபாக்கியத்திற்கு விநாயகர் வேலவர் வழிபாட்டு முறைகள்:

விநாயகர், முருகன் வழிபாடுகளின் சிறப்பையும், முக்கியத்துவத்தையும் கூறிச் சில முக்கியமான ஸ்தோத்திரங்களையும் கூறுகிறது. விலை ரூ 5/–

சௌபாக்கியத்திற்கு சிவசக்தி வழிபாட்டு முறைகள்:

சிவசக்தி வழிபாட்டின் சிறப்பையும் சில ஸ்தோத்திரங்களையும் கூறுகிறது. விலை ரூ 5/–

மேற்கண்ட மூன்று புத்தகங்களுக்கும் ஆசிரியர்:
புலியூர்க் கேசிகன்.

அறிவுக்கு அப்பாற்பட்ட அதிசய சக்திகள்.

உலகெங்கும் நடந்த, அறிவுக்கு அப்பாற்பட்ட பல அதிசய நிகழ்ச்சிகளைத் தொகுத்துக் கூறுகிறார் ஆசிரியர் வி. ரவிச்சந்திரன். விலை ரூ 17/–

ப்ரம்ம ஞானியின் அர்த்தங்கள் ஆயிரம்

ஞான வழியில் ஆர்வம் உள்ளவர்களுக்குச் சுவை தரும் நூல். கேள்வி பதிலாகப் பல உயர்ந்த தத்துவங்களைக் கூறுகிறார் ஆசிரியர் 'ப்ரம்மஞானி' ராஜா. விலை ரூ 8/–

தேகத்திற்குள்ளே தெய்வத்தைக் காணலாம்.

பராசக்தி, லிங்கம், பாற்கடல் எனும் அனைத்துத் தெய்வ வடிவங்களையும் உடம்பிற்குள்ளேயே பார்க்க முடியும் என்கிறார் ஆசிரியர் தியாகராய சுவாமிகள். விலை ரூ 7/–

மேற்கண்ட ஆறு புத்தகங்களின் வெளியீட்டாளர்கள்:
மாருதி பதிப்பகம், 173, பீட்டர்ஸ் ரோடு, சென்னை—600 014.

நவக்கிரக ஸ்தோத்திர மாலா

ஒவ்வொரு கிரகத்தையும் தனித்தனியே துதிப்பதன் சிறப்பு, போட வேண்டிய கோலம், நவகிரக ஸ்தோத்திரம் என அனைத்தும் கூறப்பட்டுள்ளது. விலை ரூ 5.10

அன்னை பதிப்பகம், 38, இரயில் நகர், கீழ அம்பிகாபுரம், திருச்சி—620 004.

தாலாட்டு

தமிழ்நாட்டின் தொன்மைச் சொத்தான தாலாட்டுப் பாடல்களைத் தொகுத்துக் கொடுத்துள்ளார் தமிழண்ணல். படிக்கப் படிக்கத் தெவிட்டாத பாடல்கள். விலை 12.50/–

செல்வி பதிப்பகம், காரைக்குடி—623 001.

அந்த நாளும் வந்தது

மாலாவுக்கு அந்தப் பெரிய கற்கண்டு கட்டி மேலேயே கண்... பெரியவர்களின் பரபரப்பும் சிறியவர்களின் கும்மாளமுமாக கல்யாணம் களை கட்டியிருந்தது. அம்மாவின் பின்னாலேயேச் சுற்றினாலும், அந்தப் பெரிய கற்கண்டை எப்படி எடுப்பது... அம்மாவை ஏறிட்டுப் பார்த்துக் கேட்க வாயெடுக்கும் போது, அம்மா லேசாகக் கண் கலங்கி நிற்பது தெரிந்தது...

''ஏம்மா... அழறியா என்ன...?''

''உஷ்...'' அம்மா மெதுவாகஜாடை காட்டினாலும் அழுகையை அடக்க முயல்கிறாள் என்பது அந்தச் சின்ன மனதுக்குப் புரிந்தது.

பிறகு, மெதுவாக அம்மாவின் கழுத்தைக் கட்டிக் கொண்டு கேட்டாள்.

''காத்தால ஏம்மா அழுதே...?''

''நம்ப சித்திரையை நாம்ப இத்தனை நாள் அடிக்கடி பாத்துண்டிருந்தோம். இப்போ புது ஆத்துக்குப் போறா இல்லையா...? இனிமே அடிக்கடி பாக்க முடியாதுன்னு நெனச்சுண்டேன். அவ்வளவுதான்...''

ரொம்ப நேரத்துக்குப் பின் மெதுவாகக் கேட்டாள் மாலா...

''ஏம்மா... எல்லா 'கேர்ல்ஸூம்' அப்படித்தான் போகணுமா...?

அம்மாவுக்குச் சிரிப்பு வந்தது.

''ஆமாம்...

''போம்மா... நான் உன்னை விட்டுட்டு ஒரு நாளும் போக மாட்டேன்...''

அவளுக்கு அம்மா வேண்டும் எதற்கும்.. எப்பொழுதும்... அதுவும் அம்மா கையால் கொடுத்தால்தான் சாப்பிடுவாள்... இரவு படுக்குமுன் அம்மா ''ஸோஜா ராஜகுமாரி..:'' பாட வேண்டும்... அப்பொழுது தான் உறக்கம் வரும்... அண்ணன் தாமு அப்படியில்லை... எல்லோரிடமும் வளைந்து கொடுத்துப் பழகுவான்...

''அம்மா... 'பாய்ஸா' இருந்தா லக்... இல்லம்மா...''

''ஏன் அப்படிச் சொல்றே...?''

''எப்பவும் அம்மா கூட இருக்கலாமே...'' அம்மா மௌனமாகி விடுவாள்.

காலம் தன் இச்சைப்படி வசந்தோற்சவம் கொண்டாடும் நேரம்... தாமுவிடமும் மாலாவிடமும் எக்கச்சக்க வளர்த்தி...

தாமுவின் மனைவி ராதிகா மிக அழகு... தன்மையான குணம்... ஒரு வாரம் ஆகியிருக்கும்... வீட்டுக்கு வந்திருந்த விருந்தினர்கள் பிரிந்து கலகலப்புக் குறைந்து, நிதானத்துக்கு வந்துவிட்டது வீடு...

''மன்னி...''

புதுப் புடவைகளைச் சீராக மடித்து வைத்துக் கொண்டிருந்த ராதிகா நிமிர்ந்தாள். புதியதாக ஏதேதோ வாசனைகள்... மஞ்சள்.. சந்தனம்... குங்குமமென்று...

''மன்னி... நான் ஒண்ணு கேட்பேன்... நீங்கள் சின்சியராக பதில் சொல்ல வேண்டும்...''

''ம்...''

''உங்கள் அம்மாவை விட்டுப் பிரிந்தது வருத்தமாக இல்லையா?'' சற்று நேரம் மௌனம் சாதித்தாள் ராதிகா.

''முதல்ல கொஞ்சம் கஷ்டமாக இருந்தது. இப்போ பழகிவிட்டது. இங்கே எனக்கு என்ன குறை.... நம் அம்மாதான் எனக்கும் இனிமேல் அம்மா...''

மாலாவுக்குக் குழம்பியது. 'இது எப்படி சாத்தியமாகும்?'

ராதிகா அவளைத் தட்டிக் கொடுத்தாள்.

''இப்போ உனக்குப் புரியாது மாலா... புரியும்போது இப்படிக் கேட்கத் தோன்றாது...''

காலம் அவளுக்குப் புரிய வைக்கும் வேளை அது.

அவள் அம்மாவிடம் விளையாட்டாகக் கூறி வைத்ததுபோல் அந்த 'மாப்பிள்ளை'யிடம் அவளுக்குக் கோபம் வரவில்லை. மன்னி புரியும்போது கேட்கத் தோன்றாது...! என்றாளே... அது புரிந்தது.

அம்மாவின் கண்கள் கோவைப் பழமாகச் சிவந்திருந்தது. ராதிகாவின் முகத்தில் பிரிவின் வேதனை. தாமு முன்பே காரில் ஏறி உட்கார்ந்து விட்டான். அப்பாவும் உடன் வந்தார். கலங்கி நிற்கும் அம்மாவை மாலாவின் மாமியார்தான் பெருந்தன்மையுடன் சமாதானப்படுத்தினாள்.

''இதுக்குத்தான் பெண்ணை என்பார்கள் அந்நாளில்.ട நீங்க எப்பெல்லாம் மாலா

விமலா ரகுநாதன்

வைப் பார்க்கணும்னு நெனைக்கறேங்களோ அப்பெல்லாம் அங்கே வரலாம்... உரி மையாத் தங்கலாம்... அதுபோல மாலாவை யும் அப்பப்போ அனுப்பி வெக்கறேன்... இப்போ கலங்காம அனுப்பி வையுங்கோ.."

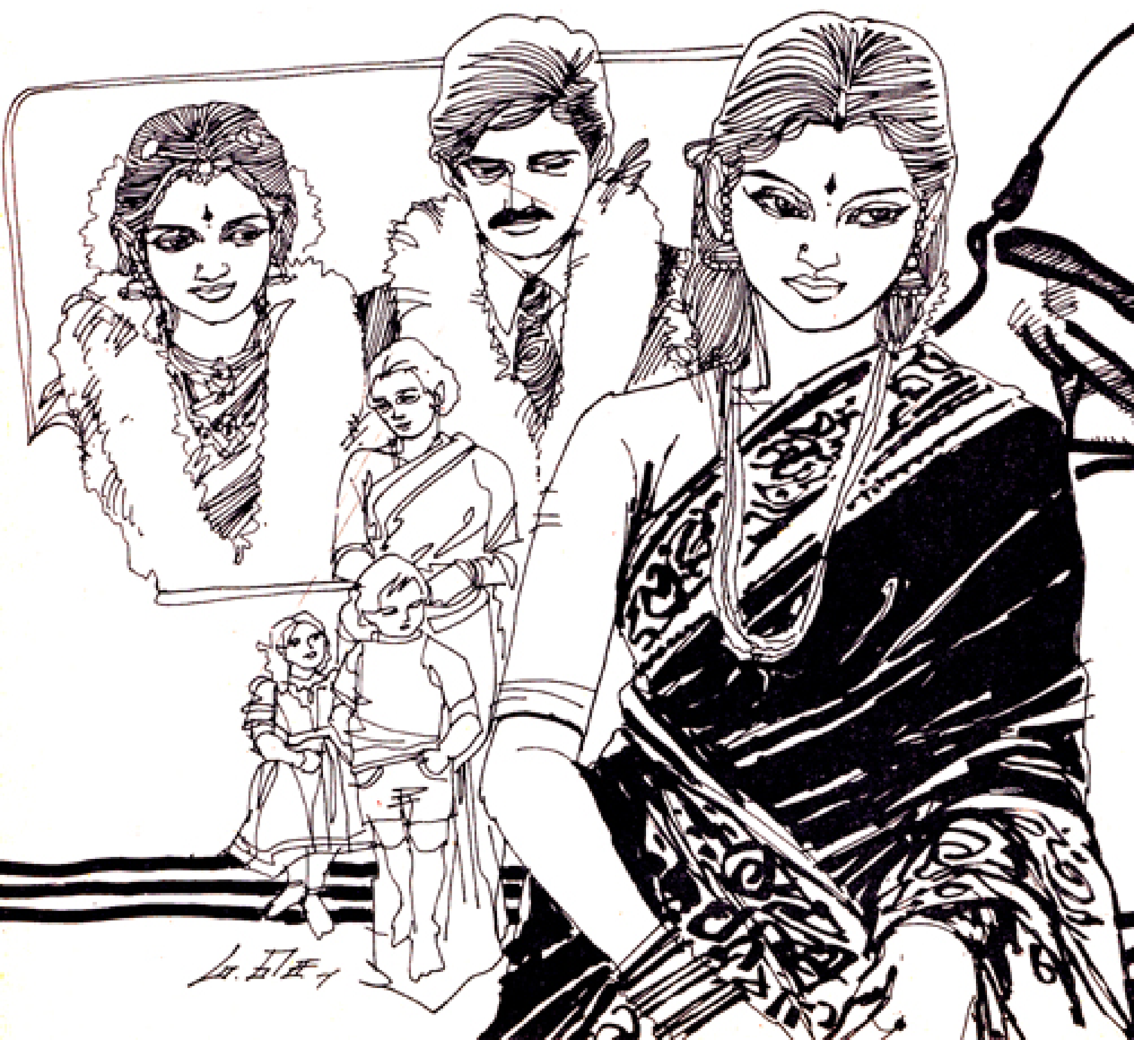
காரில் ஏறி வெகுநேரம் வரை அழுகையை அடக்க முயன்றதால் தொண்டையில் வலி... கண்கள் பொங்கின.

"அதோ பார்த்தியா... உன் அரண் மனை..." வேடிக்கையாக அந்த வீட்டை அறி முகப்படுத்தி வைத்தான், ரவி. அவள் கணவன்... பாகிரதி மகளையும், புது மனைவி யையும் வரவேற்க முன்பே உள்ளே சென்று விட்டாள்.

மக்கள் செல்வம் குறைவற இருந்ததால் வீடு நிறைய மனிதர்கள் கும்மாளம்... அடுப் படியில் வேலை செய்யவே நிறைய பேர் இருந் ததால் மாலா என்ன செய்வது என்று புரியா மல் நின்றாள்... அம்மாவின் அரவணைப்பு இன்றி... இது முதல் சம்பவம்.... இனி வாழ்க்கைப் பூரா இப்படியேவா... எத்தனை நாளைக்குத் தாக்குப்பிடிக்க முடியும்...?

மிரட்சி அதிகநேரம் நீடிக்க விடாமல் மன்னிகளும் நாத்தனார்களுமாகப் பேச்சு, சிரிப்பு... ஆனால் அம்மா... எத்தனை நாள். ஆனாலும் அது இட்டு நிரப்பமுடியாத பள்ளம் அல்லவா...?

'இல்லை' என்று சீக்கிரமே புரிந்தது மாலு வுக்கு.... பாகிரதி பெற்ற அன்னையாக இருந் தாள். வாரத்திற்கு ஒருமுறை அம்மாவுக்கு லெட்டர் எழுதக் கட்டாயப்படுத்தினாள்... எப்பொழுதும் எதற்கும் அறிவுரை கூறிக் கொண்டிராமல் அவள் கருத்தையும் கேட்டுக் கொண்டாள். ஊர் உறவுகளை அறிமுகப் படுத்தி வைத்து... மாலாவுக்கு நெஞ்சு கொள் ளாத அளவு பெருமை... நிறைவு...



ஆனால் இரவின் தனிமையில் மனம் அம்மாவை நினைத்து ஏங்கும்... எங்கோ தூரத்தில் மெல்லிய குரலில் அம்மா அழைப்பது போல் தோன்றும்...

ஒருநாள் பாதித் தூக்கத்தில் விழித்து உணர்ந்து எழுந்தாள். அம்மா 'ஸோஜா ராஜகுமாரி' பாடுவது போல ஒரு நுட்பமான உணர்வு... ரவியை உசுப்பி எழுப்பினாள் — "எங்கோ பாட்டு சத்தம் கேட்கவில்லே?"

"கொசுவின் பாட்டைத் தவிர வேறு ஒன்றும்கேட்கவில்லேஎனக்கு... நாளேக்குநைசாக அண்ணாவின் கொசு வலேயை அழுத்திவிட வேண்டியதுதான்." அவன் இழுத்துப் போர்த்திக் கொண்டான்.

அவள் அந்தக் கற்பனேப் பாட்டும், பாடும் அம்மாவின் நினேவுதந்த சுகமும் போதுமென்று உறங்கிப் போனாள்...

பாகீரதிக்கு சிற்சில சமயம் கோபம் வரும். பின் தானகத் தணிவாள்... ஒருநாள் மாலாவை அருகில் அமர்த்திக் கொண்டு கேட்டாள்.

"எனக்கு சில சமயம் கோபம் வந்துவிடுகிறது. உன்னிடமும் பதற்றத்தில் ஏதாவது சொல்லிவிடுகிறேன்... அப்பல்லாம் கோபித்துக் கொள்கிறயா...?"

"இல்லம்மா..."

"ஏன்...?"

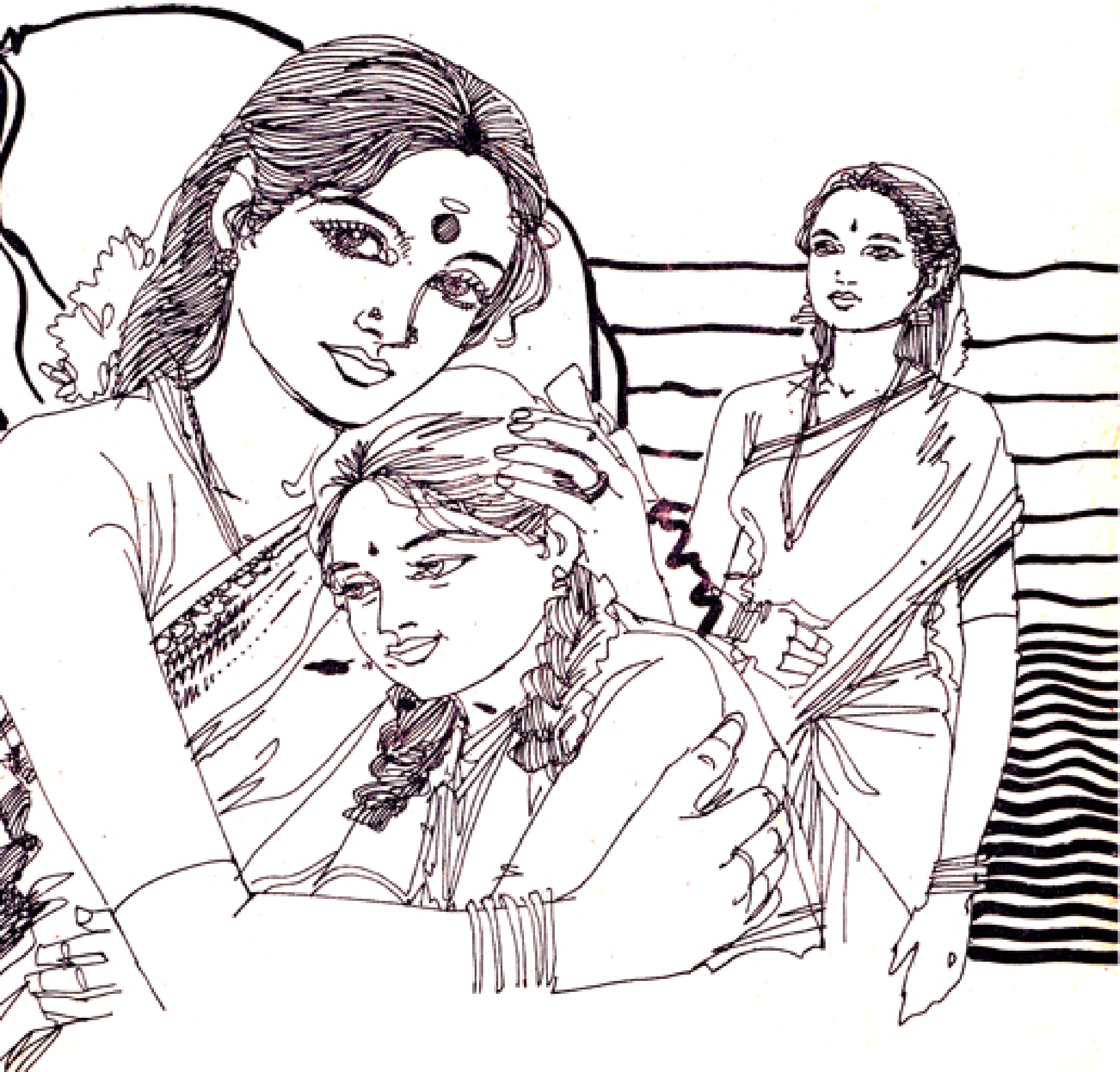
"தெரியலே...?"

பாகீரதி அன்புடன் அவள் விரல்களுடன் தன் விரல்களேப் பிணேத்துக் கொண்டாள்.

"ஏன்னு எனக்கும் தெரியலே மாலா... உன்னிடம் அவ்வளவு சுவாதீனம்... நீ அருகிலிருப்பதே எனக்கு பெரிய பலமா இருக்கு..."

அவளுக்குக் கோபம் வராதது குறித்து ரவி கூட ஒருமுறை குறிப்பிட்டான்.

"ஒய்ஃபுக்குக் கோபம் வந்தா ரொம்ப இன்ட்ரெஸ்டிங்கா இருக்கும்னு என்



ஃபிரெண்ட்ஸ் சொல்றா மாலா... ஒருமுறை நீ கோபித்து நான் பாக்கணும்...

"அந்த ஒரு ஆசை மட்டும் நிறைவேறுது..."

அவளுக்கு உள்ளூரப் பெருமையாக இருந்தது. அது அம்மாவிடம் கற்ற பாடம்... கோபம், குறிப்பாகப் பெண்ணுக்கு வரவே கூடாது... தெரியுமா, மாலு?"

"இப்போ தெரியறதுமா அதன் பெருமை!"

அம்மா இதையெல்லாம் கேட்க எவ்வளவு சந்தோஷப்படுவாள்!

ஒருமுறை அம்மா அவளைப் பார்க்க வந்திருந்தாள். பாகீரதியும் மன்னிகளும் "உன் அம்மா வந்திருக்கா மாலு... நீ போய் உட்கார்ந்து பேசிண்டிரு..." என்று கைக்காரியத்தைப் பிடுங்கிக் கொண்டனர்.

ஆனால் அம்மா விடவில்லை.

"புகுந்த வீட்டில் பெண்களின் ஸ்தானத்தை நேரில் பார்ப்பதே ஒரு விசேஷம்... பெற்றவர்களுக்கு ஒரு பெருமை மாலா... அதுவே போதும்... நீ பேசற பேச்செல்லாம் உன் நிலை பேசும்..."

வாஸ்தவத்தில் அம்மா பூரித்துப்போனாள். கனிவுடன் பெருமையுடன் மாலாவை அடிக்கடி பார்த்தாள். அது பகிர்ந்துக் கொண்ட கோடானு கோடி பேச்சுக்கள்... மாலாவுக்கு உணர்வுகள் பொங்கி வழிந்தன... அந்த மௌன மொழிகள் கொடுத்த தெம்பு தான் எத்தனை...

"போம்மா... நான் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிக்க மாட்டேன் போ..." வசு முரண்டியது. சமாதானப்படுத்திப் பார்த்து அலுத்துப் போனாள் மாலா... தாய்மையின் பொலிவு... அடுத்துப் பிறக்கப் போவது பிள்ளையாக இருக்க வேண்டுமே என்று உண்மையான கவலை பாகீரதிக்கு.

எரிச்சல் மூள ஆரம்பித்தாலும், பிரியத்துடன் அழைத்தாள் மாலா.

"இதோ பார் வசு... நீ அழாமல் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளித்தால் மயிர் எப்படி ஜோரா மயில் தோகை மாதிரி வளரும் தெரியுமா...?"

"நெஜம்மாகவா...?"

"நி...ஜம்...மா... நீ வேணும்னு பாரேன்..."

வசு சமர்த்தாக உட்கார்ந்து கொண்டாள்.

தன் அன்னை தன்னிடம் கையாண்ட அதே யுக்தி, இப்பொழுது வசுவிடமும் பலித்தது.

ரகசியப் பேழை திறந்தாற்போல் அது புரிந்தது.

பெண்களுக்கு உடன்பிறப்பும் அன்னையும் வாழ்க்கைப் பூரா தொடர்ந்து வர வேண்டிய அவசியமில்லை. பார்க்க முடியாமல் பழக முடியாமல் அமையலாம்... ஆனால் வாழ்க்கைக்குப் பூராவுமாக பாடங்களை அடி நாளிலேயே கற்பித்து விடுகின்றனர். அன்பு செய்ய... கருணை காட்ட... பாச நேசம் பூக்க... அஸ்திவாரமிட்டுவிடுகின்றனர். ஓ... பவித்திரமான அந்த உறவுகள் தரும் கற்பிக்கும் இயல்பான அரிச்சுவடிகள்தான் எத்தனை...? குடத்தினுள் விளக்காய், இதய அந்தரங்கத்தில் வெளிச்சம் தந்து கொண்டு...

இப்போதெல்லாம் அம்மாவைப் பார்க்க வேண்டுமென்று அடிக்கடி தோன்றுவதில்லை. ஆனால் எப்பொழுதும் ஒரு நினைவு. தன் கடமைகளை அந்தத் தாய்மை பூரித்து வழிவது போல...

அம்மாவுக்கு உடல்நலம் சரியில்லை என்று கடிதம் வந்தபோது அவர்கள் பெரிய பேரனுக்கு மதுரையில் பூணூலென்று கிளம்பிய நேரம். பாகீரதி சொல்லியும் கேட்கவில்லை. "பிறகு போய்ப் பத்து நாட்கள் போல் இருந்து விட்டு வருகிறேன்மா..."

அந்த 'பிறகு ஒரு சந்தர்ப்பம்' ஏற்படுவதற்குள் எத்தனைத் தடங்கல்கள்... வசுவுக்கும் சின்னது ஸ்ரீராமுக்கும் ஒன்றாக 'ஃப்ளூ'... பிறகு இரண்டாவது நாத்தனார் டெலிவரி... இப்படி...

அன்று ஓய்வாக இருக்கும் சமயம். உள்ளே கட்டிலில் பாகீரதி ரத்த அழுத்தத்தில் படுத்திருந்தாள். உறக்கமாகவும் இருக்கலாம். மைத்துனர்கள், மன்னிகள் குழந்தைகளுடன் 'வெகேஷனு'க்குப் போயிருந்தனர். பாகீரதியை உடல்நலமில்லாமல் இருக்கும் சமயம் தனியாக விட மனசில்லாமல் எங்கும் போகாமல் தங்கிவிட்டாள் மாலா.

ரவியும் அவளுமாகப் படுக்கப் போகும் சமயம் 'போன்'. தாமு!

"மாலா... உன்னால் வர முடியுமா...? அம்மாவுக்கு அவ்வளவாக..." தாமு முடிக்காமல் தயங்குவது தெரிந்தது.

"இங்கே மாமியாருக்கு உடம்பு சரியில்லை தாமு... இன்னும் இரண்டு நாளில் வருகிறேன்..."

அநேகமாக ஸ்வெட்டர்களைப் பிரித்துப் போட்டால் அது பிரித்துப் போட்டது என்று வரியாக இல்லாமல் வளைவாக இருக்கும். நூலைப் பார்த்தாலே தெரியும். ஆனால் பிரித்த நூலை சோப்புத் தண்ணீரில் அலசிய பிறகு, அது (நூல்) காய்ந்தவுடன் நூலின் மேல் ஒரு ஈரத் துணியைச் சுற்றிவைத்து, இஸ்திரிசெய்து பிறகு அந்த நூலைக் கொண்டு ஸ்வெட்டர் பின்னினால் புது நூல் கொண்டு பின்னியது போல் தோற்றமளிக்கும்.

— கௌசி.

இதோ எளிதில் உபயோகிக்கக்கூடிய ஒரு ஹேர்-டை, மிகமிகக் குறைந்த விலையில்!



கோத்ரெஜ் பவுடர் ஹேர் டை கான்ஸென்ட்ரேட் உங்களுக்காகவே விசேஷமான கலவை முறையில் தயாரிக்கப்படுகிறது.
இந்தியாவில் பவுடர் ஹேர் டை கான்ஸென்ட்ரேட் இது ஒன்றே. இது தானாகவே பரவுகிறது. ஆகவே நீங்கள் சிறிதளவே உபயோகித்தால் போதும்!
மிகமிக முக்கியம், நீங்கள் நம்பமுடியாத அளவுக்கு குறைவான விலையில் இது கிடைக்கிறது!



கலப்பது சுலபம்
இந்தப் பவுடரை சிறிதளவு நீருடன் கலக்கவும். உபயோகிப்பதற்கு இப்போது தயார்.



உபயோகிப்பது சுலபம்
இதை சிரமமின்றி இலேசாகத் தடவுங்கள், தானாகவே ஒரே சீராக, மென்மையாக முடியில் பரவி விடுகிறது.
உங்கள் கேசத்துக்கு இளமையான அழகுத் தோற்றத்தைத் தருகிறது!



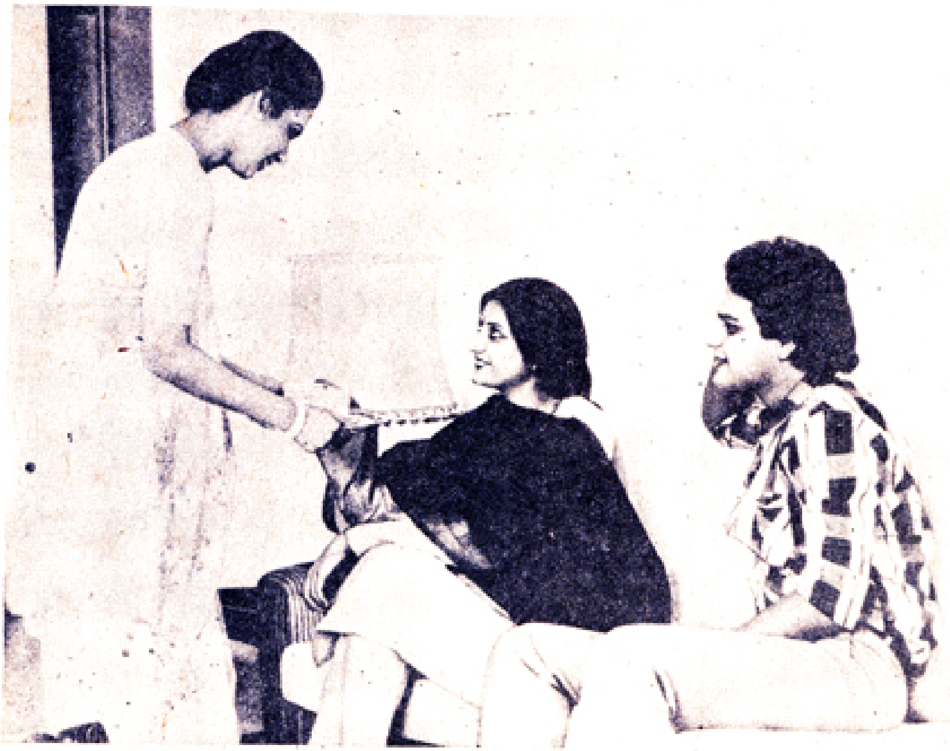
இந்தியாவில் தானாகவே பரவும் பவுடர் ஹேர்-டை இது ஒன்றே.

Godrej
பவுடர் ஹேர்-டை
கான்ஸென்ட்ரேட்

CLARIAN/GS/11/203 TAM

தரமோ நீங்கள் நாடுவது விலையோ உங்களுக்குப் பிடித்தமானது.

தேநீரும் விருந்தோம்பலும்
ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க்கும்



உங்கள் இல்லத்திற்கு வருகை தரும் நண்பருக்கு முதலில் வழங்குவது எது? நல்வரவு என்று சொல்லும் புன்னகையும் நல்லதொரு கோப்பை தேநீரும் தானே! அது வழி வழியாய் வரும் உங்களுடைய கலாசாரத்தின் பிரதிபலிப்பு.

இம்மாதிரி சமயங்களில் பால்பாட்டில் காலியான பரிதவிக்கும் நிலையில் நீங்கள் இருந்தால்? உடன் புதிய பால் கிட்டாத நிலையானாலோ?

ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க் பவுடர் உங்கள் பாரம்பரிய விருந்தோம்பலை நீங்கள் பேண உதவுகிறது. சிக்கனமாக, விரைவாக, எளிதாக. இனிப்புகளுக்கும் புட்டிங்குகளுக்கும் இது ஈடு இணையற்றது.

புதிய மணங்கமழும் பேக்கில்



ASP/SMP/5/84R

ஸாகர்
ஸ்கிம் மில்க் பவுடர்

கொழுப்பு இல்லாத பாலின் உன்னதமான குணங்கள் உண்டே இதில்.

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங் பெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத்.

ரவி இறங்கிய குரலில் சொன்னான்.

"மாலா... எனக்கென்னவோ நீ கிளம்பிப் போவதுதான் சரி என்று தோன்றுகிறது."

"உஷ்... பேசாமலிருங்கள்... அம்மா காதில் விழப் போகிறது... இன்னும் இரண்டு மூன்று நாட்களில் 'ப்ரெஷர்' குறையும்... போகிறேன்... இப்போ வேண்டாம்."

இரவு மருந்து கொடுக்கும் சமயம் பாகீரதி லேசான உறக்கத்தில் இருந்தாள்.

காலையில் நல்ல நினைவுடன் கேட்டாள்.

"ராத்திரி யார் 'போன்...?'"

மாலா தயங்கினாள்.."தாமும்மா... அம்மாவுக்கு உடம்பு சரியில்லை என்று சொன்னான்."

பாகீரதி காப்பியைக் குடிக்காமல் கீழே வைத்தாள். "அப்போதே ஏன் என்னிடம் சொல்லவில்லை...?"

"வந்தும்மா... உங்களுக்கு உடம்பு...?"

பாகீரதியின் முகம் ஜிவுஜிவு என்றாகியது.

"ரவியைக்கூப்பிடு...இருவருமாக உடனே கிளம்புங்கள். நான் வேலைக்காரியை வைத்துச் சமாளிக்கிறேன்... அப்பாவும் இருக்கிறார்... உடனே..."

மாலாவைப் பேச விடாமல் தானாகவே குழந்தைகளுக்கும் அவர்களுக்குமாக 'பேக்' செய்தாள். மாலா, ரவி, குழந்தைகளுடன் கிளம்பிச் சென்று வெகுநேரம் வரை வாசற்படியில் சூனியத்தை வெறித்து நோக்கி நின்றாள் பாகீரதி. நீர்ப் படலம் பார்வையை மறைத்தது. 'பேதைக் குழந்தைகளா...? இப்படியா ஒன்றும் உணராமல் இருப்பீர்கள்...?'

ரயில் உச்சி வேளையில்தான் ரயிலடியை நெருங்கும். மாலாவுக்கு பாகீரதியின் பரபரப்பு அவளையும் அறியாமல் தொற்றிக் கொண்டது. எத்தனை இதமான நாட்கள் அவை... 'லோஜா ராஜகுமாரி' பாடும் அம்மா.... அந்த மெத்தென்ற கையில்தான் எத்தனை நாட்கள் உறக்கம். மனத்தில் பேரிரைச்சலோடு கேட்ட அந்த குரல் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகத் தேய்ந்து மறைந்து தொடுவானத்தில் ஓய்ந்து போனது போல் ஒரு பிரமை... சட்டென்று ரவியின் தோளில் சாய்ந்து விம்மினாள்.

வீட்டை நெருங்கும்போதே அந்த முன்வாசலில் கூடியிருந்த மனித கும்பல் பொய்க்காத அவள் உள்ளுணர்வை பறை சாற்றியது. மாலா விசும்பிக் கொண்டே உள்ளே ஓடினாள்.

அவளிடம் அவளையுமறியாமல் ஆவிர்பவித்து, இரவிலும், பகலிலும், இருளிலும், வெளிச்சத்திலும் மென்மையாய் இசைத்துக் கொண்டிருந்த கீதம் என்றென்றைக்குமாக ஓய்ந்து விட்டிருந்தது.

பெண்களின் விடுதலைப் போராட்டம் தாம்பத்திய உறவில் பெரிய மாறுதலை ஏற்படுத்தப் போகிறது என்கிறது இக்கட்டுரை. ஆர்வமுள்ள வாசகிகள் இதைப் பற்றி மேலும் விவாதிக்கலாம் —

மனித உறவுகளிலேயே மிகவும் சிக்கலானது கணவன் — மனைவி உறவுதான். எந்தச் சம்பந்தமும் விளைவிக்க முடியாத தீவிரமான அன்பை, தீவிரமான வெறுப்பை இதில் காணலாம்.

பெண் சார்ந்திருக்கவே பழக்கப்படுத்தப் பட்டவள். தந்தையை விட்டுப் பிரியும் பொழுது, தந்தையைப் போலவே பாது காப்பளிக்கவல்ல ஒரு ஆணையே தேடிக் கொள்கிறாள்.

ஆணைச் சார்ந்திருக்கும் பெண்ணுக்கு ஒரு வீடு, குடும்பம், உணவு, உடை சமூகத்தில் அந்தஸ்து எல்லாம் கிடைக்கிறது. ஆண் உடலுறவுக்கே ஒரு நிரந்தர துணையையும், தன் மற்ற தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய, வேலை செய்யக் கூடிய பெண்ணைப் பெறு கிறான்.

இதில் இந்த 20 ம் நூற்றாண்டில்கூட அதிக மாற்றம் இல்லை.

பெண்ணின் உள் மனத்தில் எழும் சந்தேகங்களுக்கு விடையளிப்பவனும், பெண்மையை வெளிப்படுத்த ஒரு பாத்திரமாக இருப்பவனும், பாதுகாப்பை அளிப்பவனும் கணவன். ஆணுக்கும் இதே போல சில தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்பவள் மனைவி.

ஒரு பெண்ணுக்குத் திருமணம் என்பது அவளைச் சின்ன வயதிலிருந்து உருவேற்றி உருவாக்கியதின் குறிக்கோள். தன்னையே தன் தனித்தன்மையை அர்ப்பணித்த கணவனின் ஒரு பாகமாக வாழ இசைந்த நிலை.

தாம்பத்ய உறவு நிலைக்க வெற்றிகரமாகச் செயல்பட தம்பதிகள் இருவருமே தத்தம் உண்மை நிலையை, சுயரூபத்தை, பிறந்த குணத்தை மாற்றி, கட்டுப்படுத்தி, மறைத்து, திரித்து வாழ வேண்டியது அவசியமாகிறது.

அதிகார வர்க்கமும் அடங்கிப் போகும் கும்பலும், தலைவனும் பின்பற்றுபவர்களும் தான் (Domination & Submission) மனிதன் தோன்றிய நாளிலிருந்து இருக்கும் இரண்டு ஜாதிகள்.

ஒரு ஆணுக்கும் ஒரு பெண்ணுக்கும் இடையில் உள்ள நெருங்கிய உறவில் சமத்துவம் இல்லாமல், இந்தநிலை நீடிக்கும்பொழுது, அது ஒரு பொய்மையாக, உயிரற்றதாக இருக்கிறது. ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உள்ள ஏற்றத்தாழ்வு நெருக்கத்தை வளர்க்க முடியாது: அவர்களால் ஒருவரை ஒருவர் புரிந்து கொள்ளவே முடியாது.

பல பெண்கள் அடங்கிப் போவது விரோதத்தை வளர்க்காமல், சண்டையைத் தவிர்க்கவே. அவர்கள் அடங்கிப் போகும் வர்க்கமல்ல.

பாதுகாவலனுக்கும் சார்ந்திருப்பவருக்கும் இடையில் உள்ள உறவு தாம்பத்தியமானால், அந்த சார்ந்திருப்பவர் தனியாகச் செயல்படும் தகுதி பெறும்பொழுது, அன்பு நிலைக்குமா? நன்றியின் விளைவு காதலானால், எதுவுமே தேவையில்லாத நிலையில், எதிர்பார்க்காத நிலையில் அன்பு நீடிக்குமா?

பெண்களின் விடுதலைப் போராட்டம், தாம்பத்ய உறவில் பெரிய மாறுதலை ஏற்படுத்தப் போகிறது.

ஆணும் பெண்ணும் சார்ந்திருக்க வேண்டிய நிலை அவசியமாக இல்லாவிட்டால், தாம்பத்யம் என்ற உறவும் தேவை இல்லாமலேயே போய்விடலாம்.

தன் தேவைகளைத் தானே பூர்த்தி செய்து கொள்ளும் திறமை, சக்தி, தைரியம், தன்னம்பிக்கை உடைய பெண், ஒரு ஆண் துணை அவசியம் என்று நினைப்பதேயில்லை. தனக்கென்று சம்பாத்தியம், இருக்க இடம், நிறைய சிநேகிதர்கள் இருக்கும்பொழுது, வீட்டில் குழாயையோ, ஃபியூஸையோ தானே ரிப்பேர் பண்ணிக் கொள்ளும் பயிற்சியுள்ள பொழுது, கணவன் என்ற கால்கட்டு எதற்கு என்றுதான் அனேகம் பெண்கள் நினைக்கிறார்கள். கல்யாணம் என்று செய்து கொண்டு இன்னொருவரின் துணிகளையும்



மாறிவரும்



துவைத்து, நிறைய சமைத்து, சண்டை
போட்டு என்று இதெல்லாம் அவசியம்தானு
என்று கேட்கிருர்கள். (ஆண்களும் இப்
படியே அபிப்ராயப்படுகிருர்கள்)

இது ஆண் பெண் உறவில் ஒரு புது சகாப்
தத்தை உருவாக்கப் போகிறது:

இதுவரை பெண்ணுக்குத் தன்னுடைய
தேவை, தன்னுடைய ஆசை என்பதெல்லாம்
ஒரு idea தான். அதனுலேயே எவ்வளவோ
திருமண உறவுகள், கணவன் அடித்தாலும்,
குடித்தாலும், ''நான் இல்லாவிட்டால் அவரை
யார் பார்த்துக் கொள்வார்கள்?'' என்ற
பச்சாதாப உணர்ச்சியில் தொடர்ந்து கொண்
டிருக்கின்றன. வெறும் தேவையை அடிப்
படையாகக் கொண்ட இப்படிப்பட்ட உறவு
களில் காதல் இருக்காது.

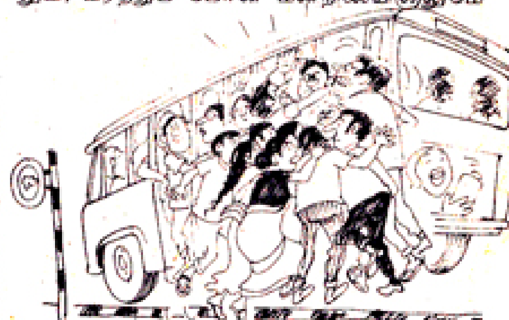
எப்பொழுது ஒரு பெண், ஒரு ஆணுடன்
சேர்ந்து இருக்க வேண்டும் என்ற ஆசைக்
காக மட்டும், வேறு எந்த காரணமும் இல்
லாமல், பலனும் எதிர்பார்க்காமல் திரு
மணம் செய்து கொள்கிருளோ, அப்பொழுது
தான் கணவன் மனைவி சமநிலையில் உள்ளவர்
கள் என்று கொள்ளலாம். இந்தச் சமநிலை
உறவில் ஒருவர் இன்னொருவரை எந்த ஒரு
அடிப்படைத் தேவைக்காகவும் சார்ந்திருக்
கக் கூடாது.

இன்றைய மணவாழ்க்கையில் வெகு சில
பெண்களுக்கே 'இந்த பாக்கியம் கிடைக்
கிறது. மற்றவர்களிடையே ஒருவர் தாழ்ந்து
போய் மற்றவரை வளரச் செய்ய வேண்டி
யிருக்கிறது.

மணவாழ்க்கையின் வெற்றி என்பது தம்
பதிகள் ஒரே வீட்டில் சேர்ந்து வாழும் (இருக்
கும்) வருடங்களால் அளக்கப்படுவதில்லை.
எப்பொழுது ஒரு பெண் (அல்லது ஆண்)
தன் உண்மை உணர்ச்சிகளை முழுமையாக
வெளிப்படுத்தாமல், கட்டுப்படுத்திக் கொள்
கிருளோ, தன் விருப்பத்தை தன் கணவனி
டம் (மனைவியிடம்) வெளியிட முடியாமல்
மூடி மறைக்கிருளோ, அப்பொழுது அவளின்
திருமண வாழ்வு ஒரு சடங்காக ஆகிவிடு
கிறது. அதில் அதன் பின் பந்தம் இருக்க
முடியாது. பல பெண்கள், சிறு வயதில்
கொஞ்ச நஞ்சம் இருந்த தன்னம்பிக்கையை
யும் இழந்தபின், இனி தனித்து வாழ் முடி
யாது என்ற நிலையில் இருக்கும் வாழ்க்கையை
ஏற்றுக் கொள்கிருர்கள்.

தனித்திருக்கும் சில வயதான தம்பதிகள்,
ஒருவர் இல்லாமல் மற்றொருவர் வாழவே
முடியாமல், ஒருவரை ஒருவர் சார்ந்திருப்
பதையே பழக்கமாகக் கொண்டவர்கள்.
ஆனால் ஒருவரை மற்றொருவர் தனியாகச்
செயல்பட அனுமதிக்காமல், அவர்களின்
தனித்தன்மையை மதிக்காமல் வாதிட்டுக்
கொண்டே வாழ்நாளைக் கழிப்பார்கள். இவர்
கள் வாழ்வில் அன்பு இருக்காது. அன்யோன்
யம் இருக்காது. ஒருவருக்கு மற்றொருவர்
அவசியமாக, தேவையாக இருப்பார்.

பொறுமையிலும், சகிப்புத்தன்மையினு
லும், மரத்துப் போன மனநிலையினுலுமே



தாம்பத்ய வெற்றி

—ஜெயா. வி. ராமன்.



அடக்கமும் ஆசையின்மையும்

ராஜாஜி முதல் அமைச்சராக இருந்த போது, அவருடைய பாதுகாப்பு அதிகாரியாக இராஜகோபால் என்பவர் இருந்தார். இராஜாஜியுடன் பணியாற்றிக் கொண்டிருக்கும்போதே அவருக்குப் பதவி உயர்வு கிடைத்தது. டெல்லிக்குப் போக வாய்ப்புக் கிடைத்தது. அவர் ராஜாஜியிடம் விடைபெற்ற போது, "டெல்லிக்குப் போகிறாயா? சரி போ. நல்லபடியாக வேலை செய்."
என்று சொல்லிவிட்டு, சில விநாடிகள் கழித்து, 'நாளைக் காலையில் உனது மனைவியை அழைத்துக் கொண்டு வா' என்று சொன்னார்.

இப்படிச் சொன்னது இராஜகோபாலுக்குச் சற்று அச்சத்தைத் தந்தது. மற்றவர்களின் குடும்ப நலன்களைப் பற்றிக் கேட்காதவர், சாப்பிட்டாயா என்பது போன்ற விஷயங்களை விசாரிக்கும் வழக்கமில்லாதவர், இவர் ஏன் மனைவியை அழைத்து வரச் சொல்கிறார்?"

மறுநாள் மனைவியுடன் வந்து இருவருமாக அவரை நமஸ்கரித்தார்கள். மனைவியை அங்கு உட்காரச் சொல்லிவிட்டு, "நீ கொஞ்சம் வெளியே போ" என்று அவரை அனுப்பிவிட்டார். சில நிமிஷங்களில் மீண்டும் அவரை அழைத்தார். போனதும், 'சரி, இவளைக் கூட்டிக் கொண்டு போய்விடு' என்று சொல்லி அனுப்பிவிட்டார். மனைவி வந்ததும் அவர் என்ன சொன்னார் என்று தெரிந்து கொள்ளும் வரை அவர் குழப்பம் தீரவில்லை.

அவர் மனைவியோ, "உன்னைப் பார்த்தால் நல்ல அடக்கமான பெண்ணாகவும், ஆசைப்படாதவளாகவும் தெரிகிறது. சாதாரணமாகப் பெண்கள் பட்டுப் புடவை, தங்க வைர நகைகள், வெள்ளிப் பாத்திரங்கள் என்று ஆசைப்படுவதாலும், ஆடம்பரமான வாழ்க்கையில் ஈடுபடுவதாலும் குடும்பங்கள் கெடுகின்றன. கடன் தொல்லைகள் ஏற்படவும் நிம்மதி குறையவும் செய்கிறது. வேலை பார்க்கும் புருஷர்களும் தேவைகளைச் சமாளிக்கத் தவறான வழிகளில் எல்லாம் ஈடுபட வேண்டி இருக்கிறது. இம்மாதிரி விஷயங்களில் எல்லாம் நீ திருப்தியாகவும், நிறைவாகவும் இருப்பதால்தான் உன் புருஷன் நேர்மையாகவும், திறமையாகவும், நிம்மதியாகவும் கடமைகளைச் செய்ய முடிகிறது. டெல்லி சூழ்நிலைகளிலும் நீ இப்படியே திறமையாக இருந்து உன் புருஷனுக்கு நேர்மையாகவும் திறமையாகவும் முன்னேற உதவ வேண்டும் என்று வாழ்த்தி அனுப்பினார்" என்று சொன்னாள்.

— பரந்தாமன் எழுதிய ராஜாஜி 100/100 நூலிலிருந்து. — முருகவேல்.

பலர் வெகு காலம் தம்பதிகளாக வாழ்கிறார்கள். பழக்கமில்லாத இருவரிடையே ஏற்றுக் கொள்ள முடியாத அடி, உதை, திட்டு, வசவு எல்லாவற்றையும் சகித்துக் கொள்ள பழகிக் கொண்டு விடுகிறார்கள்.

ஒரு பெண் (ஆணும்தான்) தன் நிறை குறை எல்லாவற்றையும் மற்றொருவரிடம் ஒளிவு மறைவு இல்லாமல் வெளிப்படுத்த முடிய வேண்டும். இது அவள் மன வளர்ச்சிக்கும், நலத்திற்கும் மிகவும் இன்றியமையாதது. ஆனால் கேட்பவர்கள் அவளின் குறைகளை அவளுக்கு எதிராக உபயோகப் படுத்தக் கூடியவர் என்ற சந்தேகம் சிறிது இருந்தாலும் பெண்ணின் மனத்தில் ஒரு தயக்கம் தோன்றிவிடும். இதனால் ஒரு பெண், தன் உண்மை உணர்ச்சிகளை தன் கணவனிடம் வெளிப்படுத்துவதில்லை. கணவன் மனைவி ஒருவரையொருவர் புரிந்து கொள்வதைவிட அவர்களின் சிநேகிதர்கள் அவர்களை முழுமையாகப் புரிந்து கொள்கிறார்கள்.

ஏற்றத் தாழ்வுகள் கொண்ட கணவன், மனைவி உறவில் ஒருவரைவிட மற்றொருவர் உயர்ந்தவர், என்பதை நிலை நாட்டிக் கொள்வதிலேயே அதிக கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

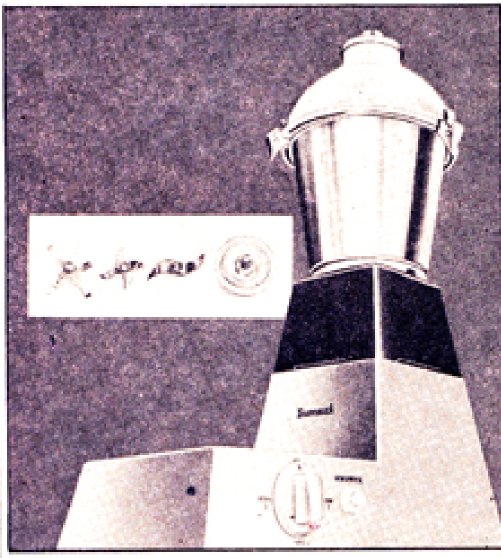
பொருளாதார ஏற்றத் தாழ்வு மண வாழ்க்கையில் காதல் தோன்றவிடாமல் தடையாக இருக்கிறது. ஒப்புக் கொண்டாலும் இல்லாவிட்டாலும் பணம் (or lack of it) நம் செய்கைகளையும் குணத்தையும் பெரிதும் பாதிக்கவே செய்கிறது. தம்பதிகளில் ஒருவர் மட்டுமே சம்பாதிக்கும் பொழுது அல்லது ஒருவர் மற்றொருவரைவிட அதிகமாக சம்பாதிக்கும் பொழுது, சமமில்லாத நிலை ஏற்பட்டுவிடுகிறது. மனைவி சம்பாதித்தாலும் நிறைய சம்பாதிக்கும் கணவனுக்குத்தான் வீட்டில் அதிக மதிப்பு அதிகாரம்.

நாள் முழுவதும் வீட்டில் இருந்து, குடும்பத்தைக் கவனித்துக் கொள்ளும் வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கும் பெண்ணுக்கு, கணவனின் சம்பாத்தியத்தில் எந்தவிதமான உரிமையும் இருப்பதில்லை. தன்னையே குறைவாக மதிப்பிட்டு, எந்த ஒரு கைச்செலவுக்கும், தீர்மானத்திற்கும் கணவனைச் சார்ந்திருந்தே பழகி, சொந்தமாக எதையும் செய்ய லாயக்கில்லாதவளாக ஆகிவிடுகிறாள். தன்னுடைய உணர்ச்சிகள், தேவைகள் எல்லாவற்றையும் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டு பொய்யாக வாழ்கிறாள். தன் அதிகாரத்தை உணர்ந்த கணவன், அவளுக்கு மதிப்புக் கொடுக்காமல், அவளுடைய ஒவ்வொரு செய்கைகளினாலும் ஆத்திரம் அடைந்து, அவளை தன்னைவிட தாழ்ந்தவளாக நடத்துகிறான்.

ஏற்றத்தாழ்வான உறவில் ஒருவர் மற்றொருவரை குறை சொல்லியே அவர்களின்

ஸுமீத்தின் தனித்தன்மை.

அதன் உயிர்நாடியாக அமைந்திருக்கும் கனரக மோட்டார்



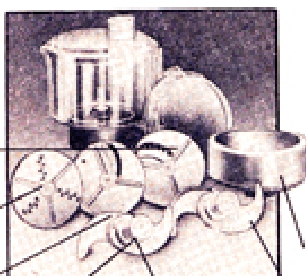








இப்போது ஃபுட் ப்ரோஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணையுங்கள்



ஸுமீத்®

400 வா. 220-240 வோ ~ 30 நிமிடங்கள் ரேட்டிங்

கடுமையான சமையல் வேலைகளைச் சமாளித்திடவே கட்டுறுதியோடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.

சர்வீஸ் சென்ட்டர்கள்:

OBM/3187A-1-TAM


ஸ்கூல் முடித்தவுடன் நேர புட்பால்
விளையாட மைதானத்திற்கு போவேன். நல்லா
கை கால் ஓய்ந்து போகும் வரை விளையாடுவேன்.
எனக்கென்ன கவலே? வீடு திரும்பியவுடன்தான்
தினம் அம்மா மறக்காமல் ஹார்லிக்ஸ்
தருவாங்களே? ஹா, சத்துள்ள ஹார்லிக்ஸிற்குத்-
தான் என்ன 'ஸூபர்' ருசி!
Horlicks
The Great Nourisher
சிறந்த ஊட்டச்சத்துமிக்க பானம்

Personality—ஐ ஊனப்படுத்தி விடுகிறார்கள்.

வீட்டில் ஒரு ஆணுடன் மட்டுமே சேர்ந்து இருந்து பழகும் பெண்ணுக்குத் தன்னைப் பற்றிய ஒரு அபிப்ராயம் அவள் கணவனால் ஏற்படுவதே. அவள் கணவனின் கண்ணோட்டத்தில் அவள் அழகியாகவோ, கூர்கெட்ட ராட்சசியாகவோ, சிநேகிதியாகவோ, சண்டைக்காரியாகவோ இருக்கலாம். இப்படி ஓர் ஆண் மகனால் உருவாக்கப்பட்டு, உருமாறி தன் உண்மை நிலையையே உணர்ந்து கொள்ளாமல் இழந்துவிடலாம்.

அதிக நெருக்கம் இல்லாதவர்களின் மூலமாக நம்மையே நாம் தெரிந்து கொள்கிறோம் என்பது வருந்தற்குரிய விஷயம்தான். ஆனால் இதுவே பல தாம்பத்ய உறவுகளின் சாராம்சம்.

பாட்டி காலத்திய தாம்பத்ய உறவில், கணவன் வெளியில் ராஜாவாக இருந்தால், மனைவி வீட்டில் ராணியாக இருந்தாள்.

அம்மா காலத்தில் வெளி வேலைகளும் பார்த்துக் கொண்டு, வீட்டையும் கவனித்துக் கொண்டு தன் உரிமைகளைப் பற்றித் தெரிந்து கொண்டிருந்தாலும், அதை நிலை நாட்டிக் கொள்ள வழி தெரியாமல், தைரியம் இல்லாமல் பழமைக்கும் புதுமைக்கும் நடுவில் இரு தலைக் கொள்ளி எறும்பாக வாழ்க்கை நடத்தி வருகிறாள்.

பெண்கள் பள்ளிக்கூட நுழைவுக்கும், வேலை வாய்ப்புக்கும் சம்பளத்திலும், ஜீன்ஸ் போட்டுக் கொள்வதிலும் மட்டும் சம உரிமை கேட்கவில்லை. சமுதாயத்தில் மானிட வர்க்கத்தில் தாழ்த்தப்பட்டவளாகக் கருதப்படக் கூடாது என்கிறாள்.

இன்றைய சமுதாயத்தில் பெண் ஆணுடன் எதற்கும் போட்டி போட வேண்டியிருக்கிறது. பஸ்ஸில் முண்டியடித்துக் கொண்டு ஏறுவதிலிருந்து வேலைகள் பெறுவதுவரை சமமாகப் போராடுகிறாள்.

இப்படிப்பட்ட பெண் திருமண வாழ்க்கையிலிருந்து, இதுவரை கிடைத்து வரும் வெறும் வீடும், நகையும் பூவும் மட்டுமல்லாமல் இன்னமும் அதிகமான பலனை எதிர்பார்ப்பவளாகவே இருப்பாள்.

ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உள்ள வெளி வித்தியாசங்கள் குறைந்து கொண்டு வருகின்றன. பெண் குழந்தையும், ஆண் குழந்தையும் ஒரே மாதிரி வளர்க்கப்படுகிறார்கள். படித்த தாய் தன் பெண்ணும் தன் காலில் நிற்க வேண்டும் என்றே வழி வகுக்கிறாள். தன் தாழ்மை உணர்வு, பயம் போன்ற உணர்ச்சிகளை தன் பெண்ணுக்கும் உண்டாகச் செய்வதில்லை. தாயால் மட்டும் வளர்க்கப்படாமல், பெற்றோர்கள் இருவரும் அக்கறை எடுத்துக் கொள்வதால், குழந்தைகள் குணத்தில், பழக்கத்தில் ஆண், பெண் பேதம் குறைந்து வருகிறது. இப்படிப்பட்ட இளைய சமூகத்தினர் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேடும் பொழுது ஆண்மையையும் பெண்மையையும் எதிர்பார்க்காமல், மனிதத் தன்மையையே தேடுவார்கள்.

தாம்பத்யத்தில் கணவனின் பாத்திரம் இது, மனைவியின் பாத்திரம் இது. இப்படி அவன் செய்ய வேண்டும், இப்படி அவள் செய்ய வேண்டும், இப்படி செய்வதுதான் சரி, அப்படிச் செய்தால் தவறு, தம்பதிகள் இப்படித்தான் நடந்து கொள்ள வேண்டும் என்று நாமே ஏற்படுத்திக் கொண்ட கோட்பாடுகள் நாளடைவில் மறைந்துவிடும்.

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: பொரியல் முடிவு தேதி: 15-1-1986

சமையல் கூப்பன்

.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

மிகச் சிறந்தது

இப்போது குறைந்த விலையில்

ஆவின் நெய். சுத்தமானது. புத்தம் புதியது: தரம் மற்றும் விலை காரணமாக சென்னை வாசிகளைக் கவர்ந்திருப்பது.

ஆவின நெய்யின் உயர்ந்த தரம் காரணமாக அது வீட்டு நெய்யைப்போல் உயர்ந்த சுவையுள்ளதாக இருக்கிறது. உங்கள் உணவிற்கும் இனிப்பிற்கும் பிரமாதமாக மணமூட்டுகிறது.

இப்போது அதன் விலை கிலோ 40 ரூபாயிலிருந்து 36 ரூபாயாகக் குறைக்கப் பட்டிருக்கிறது. இதனால் நீங்கள் சிக்கனமும் பெறமுடிகிறது.

சுகாதார முறைப்படி பேக் செய்யப்பட்ட ½ கிலோ பேக்கிலும் 1 கிலோ டின்னிலும்.

ஆவின் பாலகங்களிலும் தேர்ந்தெடுக்கப் பட்ட கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

15 கிலோ டின்னிற்கும் மொத்த ஆர்டர் களுக்கும் இங்கு தரப்பட்டுள்ள விலாசத் திற்கு எழுதுங்கள்.

ஆவின் மார்க்கெட்டிங் அலுவலகம்,
5, மனோன்மணி அம்மாள் ரோடு,
கீழ்ப்பாக்கம் சென்னை 600 010

ஆவின் நெய்



TMP-1782

மெழுகு ஜாடியில்

அழகுப் பூக்கள்

தேவையான பொருட்கள்:

1. சுமார் 15 செ. மீ. உயரமுள்ள காலி டானிக் பாட்டில், நமக்கு விருப்பமான அழகிய வடிவத்தில் தேவை. இதைவிட உயரமாகவும் இருக்கலாம்.
2. மெழுகு (Parraffin wax)—¼ கிலோ (இரும்புக் கடைகளில் கிடைக்கும்.)
3. சிறிய கலர் பாசிகள், டிக்லி (sequins) சிறிதளவு.

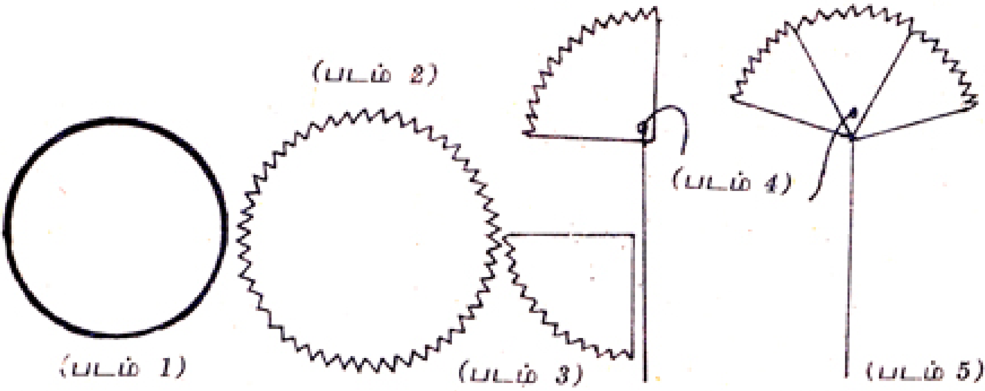
செய்முறை:

டானிக் பாட்டிலை சுத்தம் செய்து கழுவித் துடைத்துக் கொள்ளவும். மெழுகை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பில்வைத்துஉருக்கவும்., மெழுகு முழுவதும் உருகியதும் பாத்திரத்தை அடுப்பிலிருந்து இறக்கி விடவும். தயிர் மத்து அல்லது முட்டை அடிக்கும்கருவி கொண்டு உடனடியாக விரைவாக அடிக்கவும். மோரைக் கடைந்தால் வெண்ணெய் திரண்டு வருவது போல மெழுகும் திரண்டு தூய வெண்மையாக வரும். கடைவதை நிறுத்திவிட்டு ஒரு ஸ்பூனில் அதை எடுத்து எடுத்து பாட்டிலின் மேற்பரப்பில் பாட்டில் வெளியே தெரியாதபடி அப்பவும். அழுத்தக் கூடாது. அந்த வெண்ணிற மெழுகு மேடு பள்ளமாக பாட்டிலில் ஒட்டிக் கொள்ளும். அது காய்வதற்கு முன் பாசி, டிக்லி (sequins) இவைகளை தேவையான இடத்தில் சொருகிவிட வேண்டும். இந்தப் பூ ஜாடியை செய்ய மொத்தம் ½ மணி நேரம் கூடப் பிடிக்காது. செலவும் அதிகமில்லை.

தேவையான பொருட்கள்:

1. 20 பூக்கள் தயாரிக்க 5 மீட்டர் copper wire தேவை. (எலக்டிரிக்சர்மான் கடைகளில் கிடைக்கும்.)
2. பாலியஸ்டர், நைலான், டெரிகாட்டன் போன்ற துணிகளில் நமக்குவிருப்பமான நிறங்களில் துண்டுத்துணிகள். வீட்டிலேயே தைப்பவர்களுக்குவெட்டுவதில் மீதமாகும் துணிகள் இருக்கும். ஒருபூவிற்கு 2 செ. மீ. ஆரமுள்ள வட்டத்துணிகள் ஒரே நிறத்தில் 5 தேவை.





(படம் 1) (படம் 2) (படம் 3) (படம் 4) (படம் 5)

செய்முறை:

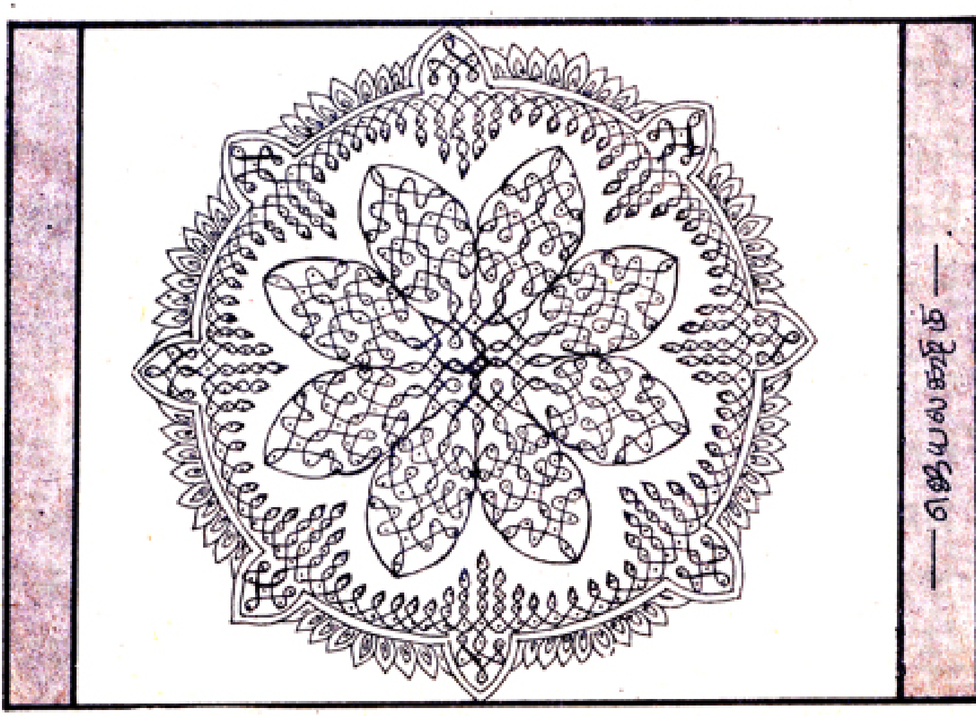
துண்டுத் துணியில் 2 செ. மீ. ஆரமுள்ள வட்டம் காம்பஸ் கொண்டு வரையவும். (படம் 1).

Zig – Zag கத்தரிக்கோலால் வட்டத்தை வெட்டியெடுக்கவும். (படம் 2)

ஒரு பூவிற்கு ஒரே மாதிரி துணியில் இவ்வாறு 5 செய்து கொள்ளவும். Zig – Zag கத்தரிக்கோல் இல்லாவிட்டால் சாதாரண கத்தரிக்கோலால் வட்டத்தை வெட்டியெடுத்துக் கொண்டு சிறிய கத்தரிக்கோலால் படத்தில் உள்ளவாறு வெட்டவும். வட்டத்தை நாலாக மடக்கவும். (படம் 3.)

25 செ. மீ. நீளமுள்ள கம்பியை வெட்டியெடுத்துக் கொள்ளவும். (படம் 4) இல் உள்ளது போல் கம்பியின் ஒரு முனையை இலேசாக வளைத்துக்கொண்டு நாலாகமடித்த துண்டை சொருகவும். கம்பியின் முனையை இறுக்கிவிட்டு இதழ்களை அழகாக எடுத்து விடவும் (படம் 5). இவ்வாறு மற்றப் பூக்களையும் செய்து கொத்தாக பூ ஜாடியில் வைக்கவும்.

— கஸ்தூரி நிக்கோலஸ்





பாட்டியும் பேத்தியும்

எப்படி இப்படி ஒரு 'ஐடியா' தோன்றியது என்று வியக்காமல் இருக்க முடியவில்லை.

ஹெல்ப் ஏஜ் இந்தியா நிறுவனமும் சில பள்ளி மாணவ மாணவிகளும் சேர்ந்து நடத்திய விழாதான் அது. முதியோர் இல்லங்களில் தங்கியிருக்கும் முதியவர்களைத் தேசிய ஆங்கிலப் பள்ளியும், பஞ்சாப் அசோசியேஷனும் தங்கள் பள்ளிக்கு வரவேற்று அவர்களை ஒருநாள் முழுவதும் மகிழ்ச்சி வெள்ளத்தில் ஆழ்த்தினார்கள். சென்னையைச் சேர்ந்த பல்வேறு அரிமா சங்கங்களும் இப்பணியைத் தொடர்ந்தது.

குறிப்பாக தேசிய ஆங்கிலப் பள்ளி மாணவர்களின் அன்பில் நீந்திய அந்த முதியவர்களின் மகிழ்ச்சியைப் பார்க்க வேண்டுமே...

வாழ்க்கையில் தங்கள் தங்கள் குடும்பத்தில் வேண்டாதவர்களாகி முதியோர் இல்லத்தில் வாழும் முதியவர்களின் மனம் என்ன பாடுபடும்? இதைச் சின்னஞ்சிறுர்களே உணர வேண்டும், அவர்கள்தான் இதைத் திருத்த முடியும் எனப் பள்ளி நிலையில் இப்படி ஒரு விழாவை நடத்தியவர்களைப் பாராட்டாமல் இருக்க முடியவில்லை.

தேசிய ஆங்கிலப் பள்ளியில் ஒவ்வொரு மாணவ, மாணவி வசமும் ஒவ்வொரு வயதானவர் ஒப்படைக்கப்பட்டார். அன்று முழுவதும் அந்த வயதானவர்களுக்குச் சாப்பாடு, காப்பி, என அனைத்தும் அந்தச் சிறுவர்கள்தான் செய்தார்கள். முதிய, இளைய தலைமுறையினர் தங்கள் அனுபவங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

"தாத்தா, பாட்டி என்றால் இத்தனை இன்பமா? எனக்கு தெரியவே தெரியாது. எனக்கு ஒரு தாத்தா இல்லையே என வருத்தமாக இருக்கிறது என்றாள் ஒரு மாணவி.

இந்த உணர்ச்சிதான் அந்த இளம் மனத்தில் விதைக்கப்பட வேண்டும். அது விதைக்கப்பட்டாகி விட்டது. அது போதும்.

வயதானவர்களால் குடும்பக் கட்டுக் கோப்பும், அன்னியோன்னியமும், அன்புப் பரிமாறல்களும் எப்படியெல்லாம் நிகழுகின்றன என்பதை அனுபவித்தால்தான் உணர முடியும். அதைத் தனிக் குடித்தனங்களில் வளரும் குழந்தைகள் அறிய வேண்டும். அறிந்தால் எதிர்காலத்தில் முதியோர் இல்லங்களே இருக்காது.

ஏன், ஒவ்வொரு பள்ளியும் இப்படியொரு விழாவை எடுத்து நடத்தக் கூடாது?

— மஞ்சுளா ரமேஷ்.



போதி மரத்து ஞானோதயம்



வீடே இருளோவென்றிருக்கிறது... இந்த இருட்டு அவனைப் போல... கூடத்தில் மினுமினுக்கும் பச்சை ஒளியைக் கக்கும் இரவு விளக்கு ஒளியில் அவள் கணவரின் சடலம்...

இப்பொழுது இந்த இருட்டு மனசுக்கு இதமாக இருக்கிறது.... அவள் முகத்தைப் பார்த்து யாரும் பினனால் கிசுகிசுக்க முடியாது...

சற்று நேரம் முன்பு மாரடைப்பில் காலமான அவள் கணவரின் சடலம் வெளியூரிலிருந்து வரும் மகனுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கிறது... அதற்குள் இந்த விஷயத்தைக் கேள்விப்பட்டுச் சொந்த பந்தங்கள் எல்லாம் குழுமி விட்டன.

அவனைக் கட்டிக் கொண்டு ஹோவென்று ஒரு வயதானவன் அழுத பொழுது இவள் கண்ணீர் வராமல் மனசில் எவ்விதக் குழப்பமும் இல்லாமல் அப்படியே இடித்த புளியாய் உட்கார்ந்து கொண்டிருக்க...

வந்தவர்கள் இவளைப் பார்த்து தனக்குள் முணுமுணுத்துக் கொள்ள... மற்றவர்களிடம் கிசுகிசுக்க...

இவள் அதனால் பாதிக்கப்படாதவளாய் இந்த இருட்டு அறையில் தஞ்சம் அடைகிறாள்.

வெறும் வயிறு என்னவோ வேதனைப் படுத்துகிறது. நாக்கும் வயிறும் பசியால் ஏங்க... நெஞ்சின் மீது யாரோ உட்கார்ந்து கொண்டது போல வலி...

சுமார் இருபத்தெட்டு ஆண்டுகள்...

அதில் அவள் பட்ட வேதனைகள்... கஷ்டங்கள்... பச்சையாய் ஆறாமல் எரிந்து கொண்டிருக்கும் ரணங்கள்.

நகமும் சதையுமாய் வீணையும் அவளும். கல்யாணத்திற்கு முன்பு ஏ. ஐ. ஆர். டெஸ்டுக்குப் போனது... கல்யாணமான ஆறாவது மாதம் சான்ஸ் தேடி வந்தது. அந்தச் செய்தியைச் சுமந்து கொண்டு அப்பா சொன்ன பொழுது —

''இவளுக்கு இதெல்லாம் எதற்கு? ரேடியோவிலே கச்சேரி பண்றது எனக்குப் பிடிக்கலை... ஒரு குடும்பப் பொண்ணு இருக்க வேண்டிய இடம் சமையலறை... அழுத்தந் திருத்தமாய்ச் சொல்லிவிட்டு அந்தக் கடிதத்தைச் சுக்கல் சுக்கலாய்க் கிழித்து எறிந்து போட்ட பொழுது —

அவள் அப்பா அவள் தலையைக் கோதியவாறே — ''லலிதா! ஒரு பொண்ணுக்குப் புருஷன்தான் சகலமும். உன் வாசிப்பு குடத்திலிட்ட விளக்காப்போச்சு... மனசைத் தேத்

இக்கோ... தாயில்லாத பெண்ணுனை நீ நன்ருை இருக்கணும் என்று நாத்து நாத்து பார்த்தேன். இது ஒண்ணுதான் ஏமாத்தமா இருக்கும்... இதுதாம்மா நிஜம்.... நிழலே நம்பி மணைசத் தளர விடாதே...''

அப்பா துக்கத்துடன் சொன்ன வார்த்தைகள்... 'இது ஒண்ணுதான் உனக்கு ஏமாத்தமா இருக்கும்...''

இது ஒன்றுதாளு?

மனம் பாறையாய்க் கனத்தது... அவள் சந்தித்தது எல்லாம் துன்பங்கள்... துக்கங்கள்... வேதனைகள்... ரணங்கள்...

அவளது ஆசைகளையும் கனவுகளையும் ஒரு சேர அழித்துவிட்ட மூர்த்தியுடன்... ஒவ்வொரு வடுவையும் நெஞ்சத்தின் அடியிலே போட்டு மறைத்துவிட்டு... ''புருஷனே தெய்வம்...'' — என்று பத்தினித் தனத்தை இழுத்துப் போர்த்திக் கொண்டு நாட்களைத் தள்ளிக் கொண்டிருக்கும்பொழுது —

ஓர் மாலை நேரம்...

''மூர்த்தி இருக்காளு?''

''இல்லே...'' என்று கூறிவிட்டு உள்ளே சென்றவளை அவன் குரல் தடுத்து நிறுத்த...

''நீங்கதானே மிஸஸ் மூர்த்தி? நான் மூர்த்தியின் மாமா பிள்ளை... கல்யாணத்திற்கு வர முடியல... பார்த்துட்டுப் போகலாம்னு வந்தேன். அவன் இப்ப வந்துடுவான் இல்லையா?'' — அவன் இயல்பாய்ப் பேசிக் கொண்டே உள்ளே வந்து உட்கார்ந்து கொள்கிருன்.

அவனுக்குக் காப்பி கலந்து கொடுத்துவிட்டுத் திரும்புகையில்...

''ப்ளீஸ்... உட்காருங்களேன்...''

அந்த அழைப்பை மறுக்க முடியாமல் உட்கார்ந்து கொள்ளுகிருள்.

அவன் கேட்ட கேள்விகளுக்கு ரத்தினச் சுருக்கமாய்ப் பதிலளித்துவிட்டு... ''எனக்கு வேலை இருக்கு...'' என்று சொல்லிக் கொண்டே எழுந்த பொழுது...



உமா சந்திரசேகர்

''ஏன் இப்படிப் போவதிலேயே குறியாய் இருக்கீங்க... உட்காருங்க...'' என்று சொல்லிவிட்டு...'' நீங்க ரொம்ப நன்ருக வீணை வாசிப்பீங்க என்று கேள்விப்பட்டேன்... எனக்குக் காம்போதி என்ருல் உயிர்... அதில் ஒரு கீர்த்

தனை வாசிக்க முடியுமா?'' அவன் இறைஞ்சுகின்ற குரலில் கேட்க...

அவள் அதிர்ந்து போய் அவனைப் பார்க்கிறாள்...

''எனக்கு நேரமில்லே... மூர்த்தி வந்தவுடன் பார்த்துவிட்டுக் கிளம்பணும்... அதுவுமில்லாமல் 'சங்கீதம் என்ன விலை?' என்று கேட்பவன்... அதனால்தான்... ப்ளீஸ்...'' அவன் மீண்டும் வேண்ட...

''வீணை சரியா இல்லே...'' — அவள் சொல்லிவிட்டு மூர்த்தியின் 'ஷூ'வின் சப்தம் கேட்டு அலறி அடித்துக்கொண்டு சமையலறையில் தஞ்சம் அடைய...

''டேய்... மூர்த்தி... நீ ரொம்ப அதிர்ஷ்டக்காரன்... லலிதாவைப் போல ஒரு பெண்ணை மனைவியாக அடைய நீ கொடுத்து வைத்திருக்கணும்... வீணை வாசிப்பு கூட உனக்கு மட்டும்தான்' என்று சூசகமாகச் சொல்லிவிட்டா... ம்... உனக்கு இப்படியொரு மனைவி... நன்றாக 'என்ஜாய் பண்ணு...' அவன் மளமளவென்று சொல்லிவிட்டுப் போனவுடன்...

''ஏண்டி! தேவடியாளாட்டம் ஆம்பளைங்களோட என்ன சல்லாபம் உனக்கு... சமையலறையை விட்டு வெளியே வராதே என்று லட்சம் முறைச் சொல்லியும்.... உன் மேதாவிலாசத்தைக் காட்டிப் பல்லை இளிப்பே... அவனைப் பார்த்து மயங்கிப் போய்... சபலமா?''

அடிவயிற்றில் ஒரு ஜில்லிப்பு ஏற்பட்டது... உள்ளுக்குள் பிரவாகமாய் வெறுப்பும் ஏக்கமும் நிராசையும் பொங்கிற்று...

''என்ன பேசறீங்க? கட்டிய மனைவியைப் பார்த்துப் பேசும் பேச்சா இது? உடம்பிலே இருக்கிற நோயைத் தீர்த்தாப் போதாது... முதல்லே உங்க மனசிலே இருக்கிற சந்தேகம் என்ற நோயை'' — அவள் முடிப்பதற்குள்,

''என்னடிச் சொன்னே?'' — இடுப்பிலிருந்து பெல்ட்டை உருவிப் பளார் பளாரென்று அடித்துவிட்டு... அப்படியும் கோபம் தாங்காமல் வாயில் வந்தபடி திட்டிவிட்டு வெளியேறுகிறான்...

இந்த லட்சணமாய் இருக்கையில் ஆண் குழந்தை ஒன்று பிறக்க... அப்பாவின் ஆதிக்கம் நிறைந்த குடும்பத்தில் இவளிடம் பிடிப்பு இல்லாமல் சர்வமும் அப்பாவாகிப் போன பொழுது இவள் நொறுங்கிப் போனாள்.....

திடீரென்று யாரோ 'அம்மா... அம்மா' என்று அழைக்கும் சத்தம் கேட்டு நிமிர்ந்த பொழுது எதிரே பிள்ளையும் மாட்டுப் பெண்ணும் நின்று கொண்டிருக்கிறார்கள்...

சட்டென்று பழைய நிகழ்ச்சிகள் அகன்று யதார்த்த நிலைக்கு வர...

மளமளவென்று காரியங்கள் நடக்கின்றன...

சிரமப்பட்டு அழுகையை வரவழைத்துக் கொள்ள முயன்றும் கண்ணில் சொட்டுக் கண்ணீர் கூட வராமல்... இடித்த புளி மாதிரி ஆடாமல்... அசையாமல்... அப்படியே வெறித்துப் பார்த்தபடி உட்கார்ந்திருக்க...

''வாயை விட்டு நன்றாக் கதறி அழு... மனசுல இருக்கற துக்கத்தை எல்லாம் வெளியே கொட்டி அழு... இல்லேன்னா நெஞ்சு வெடிச்சுப் போயிடும்...'' தூரத்து அத்தைக்காரி அவளைக் கட்டிக் கொண்டு சொல்கிறாள்.

ஒவ்வொரு நிமிஷமும் ரத்தக் கண்ணீர் வடித்தாகி விட்டது மனசுக்குள்... பழைய நிகழ்ச்சிகள் டேப் ரிகார்டாய்ச் சுற்றிச் சுற்றி வர...

''ஏய்... எப்பப் பார்த்தாலும் கூத்தாடி வீடாட்டம் என்னடி பாட்டு?''

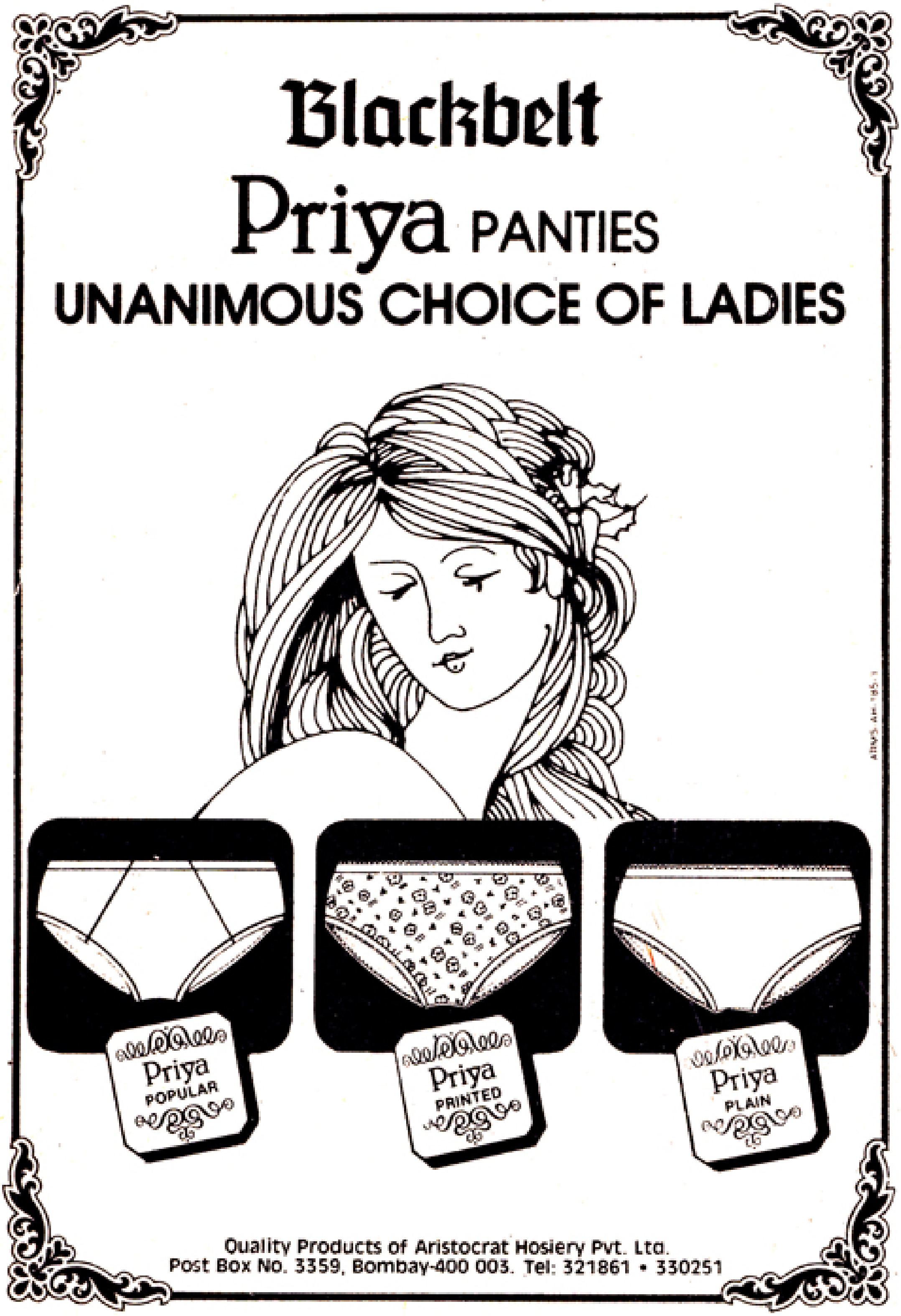
''இப்படியொரு நா சொடுக்கலா? இவளை கல்யாணம் செஞ்சுண்டது தப்பு... எதிர் வீட்டு வாசுவைக் கல்யாணம் பண்ணின்டிருந்தால் இந்நேரம் பிரபல பாடகியாகி இருக்கலாம்...'' மனசுக்குள் பொறிகள்...

''ஏய்! எப்பப் பார்த்தாலும் என்ன தர்க்கம்? அவனுடன் என்ன பேச்சு? பெரிய இண்டலக்சுவல் என்ற நினைப்பா?''

'காப்பி டிகாக்ஷன்' தண்ணீராய்த் தோற்றமளிக்கிறதா? கவலை வேண்டாம். முதல் முறை டிகாக்ஷனையே மறுமுறை ஃபில்டரில் ஊற்றி விடுங்கள். டிகாக்ஷன் திக்காக வடியும்.

''திடீரென்று 5, 6 பேர் காலையில் வந்து விட்டார்களா? 'பெரிய ஃபில்டர் இல்லையே? என்ன செய்வது?' என்று திகைக்க வேண்டாம். சிறிய ஃபில்டரிலேயே தலைக்கு ஒரு ஸ்பூன் விதம் போட்டு ஃபில்டரில் தண்ணீர் ஊற்றவும். டிகாக்ஷன் படுதிக்காக இருக்கும். பாலில் தாராளமாக (½ லிட்டர்) (அ) ஆறு கப் ஜலம் சேர்த்துக் காய்ச்சி, காப்பி கலந்து பாருங்கள், காப்பி A-1 ஆக இருக்கும்.


Godrej
Glory
■ இதன் கொழிக்கும் நுரை வளம் தலை முடியைப் பட்டுப் போன்ற மென்மையுடன் தூய்மையாக்குகிறது.
■ மற்ற சோப்புகளைப் போல முடியை மங்கலாகவும் சொற சொறப்பாகவும் ஆக்குவதில்லை.
■ இதன் தனிச் சிறப்பு வாய்ந்த கண்டிஷனர் முடிக்கு அழகையும் மெருகையும் அளிக்கிறது.
■ இதன் அருமையான நறுமணம் நீடித்து நிற்கிறது. இவ்வளவு சிறப்புகள் வாய்ந்தும் இதன் விலை ஒரு ஷாம்புவின் விலையைவிடக் குறைவே.
■ ப்யூட்டி சோப்பும்கூட—உங்களுடைய சருமத்தை மிருதுவாகவும் வழவழப்பாகவும் இருக்கச் செய்கிறது.
Godrej CROWNING GLORY
BEAUTY SOAP
for silky hair
புதிய
க்ரௌனிங் க்ளோரி


Blackbelt
Priya PANTIES
UNANIMOUS CHOICE OF LADIES
Priya POPULAR
Priya PRINTED
Priya PLAIN
Quality Products of Aristocrat Hosiery Pvt. Ltd.
Post Box No. 3359, Bombay-400 003. Tel: 321861 • 330251

நமக்குள்ளே ஒரு கடிதம்

முதல்வருக்கு...



எங்கள் வீட்டு வேலைக்காரி என்னிடம் தினமும் புலம்புவது, அவளுடைய கணவனின் குடிப் பழக்கம் பற்றித்தான். ஒரு வங்கியின் ப்யூனாக பணியாற்றுபவன், தான் சம்பாதிக்கும் பணம் அனைத்தும் குடிக்கே செலவு செய்து, போதாததற்கு இவள் பத்துப் பாத்திரம் தேய்த்துச் சம்பாதிக்கும் காசையும் பிடுங்கிக் கொண்டு விடுகிறானாம். பெரும்பாலான ஏழைக் குடும்பங்களில் நிலைமை இப்படி இருப்பதை நான் பார்க்கிறேன். மது அமலில் இருக்கும் போதும் இப்படித்தான் இருந்தானா என்று கேட்டதற்கு, "அப்போ அப்படி இல்லிங்க. தள்ளாடினா போலீசு பிடிச்சுக்குவான்னு பயம் இருந்திச்சு. இப்பத்தான் ரொம்ப மோசம்" என்று வருத்தத்துடன் சொன்னாள். நம் முதல்வர் ஏழைகளிடம் என்றுமே தனி ஈடுபாடு கொண்டவர். அவர்களின் கண்ணீரைத் துடைப்பதற்கு ஆவன செய்வார் என்று நம்புகிறேன்.

— ஜி. இந்திரா.

"இப்படியொரு பேச்சை வாங்கி கட்டிக் கொள்வதை விட போயிட்டா என்ன?" — அப்பொரி.. சற்றே விரிய...

முன்பு அவன் திட்டிய பொழுது மனத்தில் தோன்றிய சலனங்கள் விசுவரூபமாய் எடுக்க...

எத்தனை முறைகள் 'இவளைக் கல்யாணம் செஞ்சுகிட்டது தப்பு' என்று மனத்தில் கிளை விட்டிருக்கிறது...?

எல்லாமே முடிந்துபோய் விட்டது... வீடு முழுக்கத் தண்ணீர் கொட்டிக் கழுவியாயிற்று...

அவள் அழாமல் அப்படி அழுக்கமாய் இருந்ததைப் பார்த்துவிட்டு—

அவள் நெஞ்சழுத்தத்தை... அழாததை... புலம்பாததை... அவன் காதுபட விமர்சித்து விட்டு அகன்ற பொழுது...

அப்பொழுதும் அவள் மௌனமாய் இருக்கிறாள்...

எல்லாக் காரியங்களும் முடிந்து மகன் மனைவியுடன் அவள் எதிரில் வந்து நிற்கிறான்.

"அம்மா! சுத்தி வளைத்துப் பேசலே... நாங்க இருக்கிற ஊர் உனக்குச் சரிப்படாது... உன்னை அழைச்சுண்டு போக முடியாது... உன்னை இங்கே தனியா விட்டுட்டுப்போகவும் முடியாது... மதராஸ்லே உன்னைப் போன்றவர்களுக்கு ஒரு ஹோம் இருக்கு... அங்கே உன்னைச் சேர்த்துடறேன்..." — நறுக்குத் தெறித்தாற்போல் சொல்ல...

"பெத்த அம்மாவை வெச்சுக்கறது ஒரு பாரமா... எனக்குச் சரிப்படாதா...? உன் பெண்டாட்டிக்குச் சரிப் படாதா... மண்ணுக்கு மரம் பாரமாப் போயிடுச்சா...?"

அடக்க அடக்க திமிறிக் கொண்டு அடிவயிற்றிலிருந்து ஒரு உஷ்ணம் கிளம்பி மூளையை ஆக்கிரமிக்க... ஆத்திரத்தில் மார்பு வெகு வேகமாய் அடித்துக் கொள்ள.. குபீரென்று ஒரு துக்கம் கிளம்பி நெஞ்சை அடைக்கிறது...

மூளையில் மின்னல் பளீரிட....

இத்தனை வருஷங்களில் ஒரு முறைக் கூட அவள் கணவர் அவளை பாரமாய் நினைத்ததில்லை... பத்து மாதம் இரவும் பகலும் பாதைபட்டு பாரத்தைச் சுமந்தவளுக்கு அந்த பாரமே அவளைச் சுமையாய் நினைக்கிறது...

"கணவரின் நிழல் இருக்கும் வரைதான் ஒரு பெண்ணுக்கு நிம்மதி.. பெருமை... கணவன் என்னதான் ஏசினாலும் மனைவியை பாரமாய் நினைத்து ஹோமில் சேர்க்க மாட்டான்..."

இந்த உண்மை கொஞ்சம் கொஞ்சமாய்ப் புரிய... இத்தனை வருடங்களாய் கசப்பை நெஞ்சில் தேக்கிக் கொண்டு... கணவரை ஒதுக்கிய தன் மீது சுய பச்சாதாபம் ஏற்பட்டு... வெகு வருஷமாக வெளிப்படாத தாபங்களும்... காரணங்களும்... சம்பவங்களும் கரைந்து...

"ஐயோ! என்னை விட்டுட்டுப் போயிட்டீங்களே... என்னைத் தனிமரமா விட்டுட்டுப் போயிட்டீங்களே?" — என்று நெஞ்சிலும் வயிற்றிலும் அடித்துக் கொண்டு ஓவென்று அழுகிறாள்...

தாயின் ஞானோதயத்தைப் புரிந்து கொள்ளாமல்... தான் ஒரு தகப்பன் ஸ்வாமி என்பது விளங்காமல் அவளையே விறைத்துப் பார்க்கிறான் மகன்.

காலைப் நீயே!

பெண்கள் வேலைக்குச் செல்பவர்களானாலும் சரி, வீட்டில் உள்ளவர்களானாலும் சரி, காலை 5 முதல் 9 வரை உள்ள நேரம் அவர்கள் மிகவும் பிஸியாக உள்ள நேரம். மூச்சுவிடக் கூட நேரமில்லை என்று புலம்பிக் கொண்டே பம்பரமாகச் சுழல வேண்டும். 9 மணிக்கு மேல்தான் சுயநினைவே வரும். அத்தகைய நெருக்கடி நிலை.

இந்த நேரத்தில் அளவுக்கு மீறின டென்ஷன், மனச்சோர்வு, உடல் சோர்வு, கோபம், குழந்தைகளின் படுத்தல், கணவனின் சிடுசிடுப்பு, பெரியவர்களின் மறைமுகத் தாக்குதல், இவைகளுக்கும் ஈடுகொடுக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு குடும்பப் பெண்ணுக்கும் இது தவிர்க்க முடியாதது; தப்பிக்க முடியாதது. இருப்பினும் இந்த 5 to 9 நேரத்தைக் கொஞ்சம் நமதாக்கிக் கொள்ள, நம்மை நிதானப்படுத்திக் கொள்ள, கோபத்தாலும், உடல் சோர்வாலும் மனநிலை, உடல்நிலை கெடாமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளச் சில ஆலோசனைகள் :



காலையில் அலாரம் அடித்தவுடனேயே வாரிச் சுருட்டிக் கொண்டு எழாமல் ஒரு 5 நிமிடம் படுக்கையில் relaxed ஆகப் படுத்து அன்றைய பொழுதில் செய்ய வேண்டிய வேலைகள், முக்கியமான பணிகள் என்னென்னவென்று நினைத்துப் பார்த்துவிட்டு, 'கூடியவரை இன்று சந்தோஷமாக, சிரித்த முகத்துடன் இருப்பேன்' என்று உறுதி செய்து கொண்டு எழுந்திருக்க வேண்டும். நிதானமாகப் பல் துலக்கிய பின் முகத்தைக் குளிர்ந்த நீரில் கழுவி, பொட்டு வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு ½ டம்ளர் குளிர்ந்த நீரை அருந்த வேண்டும். இதனால் வயிறு சம்பந்தமான கோளாறுகள் வராமலிருப்பதுடன் அன்றைய பொழுது முழுவதும் மனம் நிதானமிழக்காமல் இருக்கும். காப்பிக்கு ஆயத்தம் செய்யும்போதே சுவாமி விளக்கை ஏற்றி, 'நேற்றைய பொழுது நல்லபடியாகச் சென்றதற்கு நன்றி இறைவா, இன்றையப் பொழுதும் எவ்விதக் குழப்பமும் இல்லாமல் செல்லட்டும்' என்று வேண்டிக் கொள்ள வேண்டும். அதிகாலைப் பிரார்த்தனைக்கு இவ்வளவு போதும்.

காலையில் செய்ய வேண்டிய சமையலை முதல் நாளே தீர்மானித்து, மாலையிலேயே காய்கறிகளை வாங்கிவிட வேண்டும். பீன்ஸ், அவரை, கொத்தவரை இவைகளை முதல் நாள் இரவே ஆய்ந்து, நார் நீக்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வாழைப்பூ, கருணைக் கிழங்கு, கீரை இவைகளை வாரத்தின் கடைசி இரண்டு விடுமுறை தினங்களுக்கு ஒதுக்கி, பீன்ஸ், கேரட், கேபேஜ், வாழைக்காய், புடலங்காய், கத்தரிக்காய், வெண்டைக்காய், போன்றவைகளை அலுவலக நாட்களில் செய்யலாம்.

பிற்பகல் இட்டிலி, தோசை டிபன் என்றால் காலையில் சாம்பார் அல்லது வத்தக் குழம்பை சிறிது கூடுதலாகச் செய்தால் டிபனுக்குத் தொட்டுக் கொள்ளும் பதார்த்தப் பிரச்னை தீர்ந்தது.

காலையிலேயே டிபனும், சமையலும் செய்பவர்கள் கூடியவரை எளிய டிபனை செய்ய வேண்டும். கேரட், பீட்ரூட் இவைகளைத் துருவி, எலுமிச்சைச் சாறு, உப்பு சேர்த்துத் தயாரிப்பதால் உடலுக்கும் வைட்டமின்

சேரும். இவைகளைத் தயாரிக்க அடுப்பு தேவை இல்லையாதலால் அடுப்பில் வேறு சமையலைச் செய்யலாம். சப்பாத்தி, பூரி செய்வதானால் தொட்டுக் கொள்ள கூட்டு அல்லது சப்ஜி செய்துவிட்டுச் சமையலை கலவை சாதம் ஒன்று + ரசம் என்று ஸிம்பி ளாக முடிக்க வேண்டும். சமையல் கடின மானதாக இருப்பின் டிபனை இட்டிலி, உப்புமா என்று தயாரிக்க வேண்டும். கூடிய வரை காலையில் டிபன் செய்பவர்கள் தொட் டுக் கொள்ள சாம்பார், கூட்டு, மிளகாய் பொடி, ஜாம் என்று பழகிவிட்டால், தொட் டுக் கொள்ள என்று தனியாக ஒன்றைச் செய்யும் செலவும், நேரமும் மிச்சம்.

காப்பிக்கு டிகாக்ஷன் போட்டுவிட்டு, பாலை அடுப்பில் காய்ச்சியபின் மற்றவர்கள் எழுந்து வருவதற்குள் அன்றைய சமைய லுக்குத் தேவையான காய்கறிகளை நறுக்கிக் கொள்ளலாம். காப்பி குடித்தபின் சாதத்திற் குத் தேவையான நீரை மிகக் குறைந்த



வேலையும் நீயே!

ஜ்வாலையில் கூட வைத்துவிட்டுக் குளித்து விட்டு வந்துவிடலாம்.

குக்கரில் சமைப்பவர்கள் அடியில் கிண் ணத்தில் பருப்பு, அதன்மேல் பெரிய பாத்தி ரத்தில் சாதம் வைத்தபின் மேலே இடம் இருப்பின் கூட்டையும் செய்துவிடலாம். பயத்தம் பருப்பு, சிறிது கடலைப்பருப்பு, நறுக்கிய காய், உப்பு, மிளகாய்ப்பொடி (மசாலா), சீரகம், துருவிய தேங்காய் இவற் றைச் சேர்த்து ஒரு அகன்ற கிண்ணத்தில் வைத்துவிட்டால் சாதம் வெந்த உடனேயே கூட்டை இறக்கிச் சேர்த்துவர மாவு கரைத்து விட்டு கடுகு, உளுத்தம்பருப்பு தாளித்து வைத்தால் இரண்டே நிமிடங்களில் கூட்டும் தயாராகி விடும்.

முதல் நாளே குழந்தைகளின் சீருடைகளை இஸ்திரி செய்து ஷூவை பாலிஷ் போட்டு வைக்க வேண்டும். எழுத்து வேலையை மாலையிலேயே முடிக்கச் சொல்லி, படிக்கும் வேலையைக் காலையில் வைத்துக் கொண் டால் சமைக்கும் பொழுதே அவர்களை ஒப் பிக்கச் சொல்லியோ, படிக்கச் சொல்லியோ கவனிக்கலாம். தந்தைக்கு நேரமும், பொறு மையும் இருந்தால் அவர் இதனை கவனிக்க லாம்.

ஐந்து வயது நிரம்பிய குழந்தையாக இருப் பின் ஓரளவு தன் வேலையைக் கவனித்துக் கொள்ளப் பழக்க வேண்டும். நீர் எடுத்து வைத்தால் குளிக்கவும், ஆடைகளை அணிந்து கொள்ளவும், வெளியே செல்வோரின் செருப்பு, ஷூக்களை வரிசையாக எடுத்து வைக்கவும், புத்தகங்களை டைம் டேபின்படி பையில் அடுக்கி வைத்துக் கொள்ளவும், வாட்டர் பாட்டிலில் நீர் நிரப்பவும் அவர்கள் பழக வேண்டும். சிறிய குழந்தைகளாக இருப் பின், சமையல், டிபன் செய்து முடித்த கையோடு குளிப்பாட்டி எளிய ஆடையை அணிவிக்க வேண்டும். சாப்பிட்டபின் பள்ளிச் சீருடைகளை அணிவதால் அழுக்கா காமல் இருக்கும்.

அலுவலகம் செல்லும் பெண்ணாக இருப் பின் காலையில் முதலில் குளிப்பது அவளாக

இருப்பது நல்லது. அன்று உடுத்தப் போகும் புடவைக்குரிய பிளவுஸ், உள் ஆடைகளை அணிந்து சாதாரணப்புடவையுடன் சமையல் வேலையை முடித்தால் அலுவலகம் செல்லும் போது நல்ல புடவை கட்டிக் கொண்டு பணிச் சென்று கிளம்பலாம். ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பதால் நிதானமாக, எண்ணெய் போகக் குளிக்கலாம். கட்டாயம் வெள்ளிக் கிழமைகளில் குளிக்க விரும்பினால் காலையில் அரை மணி முன்னதாக எழுந்திருப்பது நல்லது.

சாப்பிடும்போது எல்லோரும் ஒன்றாகச் சாப்பிடுவது நேரத்தை மிச்சப்படுத்தும் என்றால் கூட முதலில் குழந்தைகளுக்குப் போட்டுவிட்டுப் பிறகு கணவரை அழைக்கலாம். அவர்கள் சமர்த்தாகச் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது கணவருக்கு கவனித்துப் பரிமாறலாம். கூடியவரை கணவர் சாப்பிடும்போது எந்தவிஷயத்தையும்பற்றிப் பேசாமல் இருப்பது நல்லது. அவசரத்தில் பறந்து கொண்டிருக்கும் அவருக்கு நாம் கூறும் சாதாரண விஷயம் கூட எரிச்சலை உண்டு பண்ணலாம். இதனால் குழந்தைகள் உள்பட அனைவரின் மனநிலையும் கெட்டுப் போகலாம். அப்படி ஏதாவது பேச வேண்டுமென்றால் குழந்தைகளைப் பற்றிய (நல்லவிதமான) செய்திகளைச் சொல்வதனால் அனைவருக்கும் மகிழ்ச்சி ஏற்படும்.

இதேபோல அன்று செலவு செய்ய வேண்டிய அவசியச் செலவுகளைக் கணக்குப் போட்டு முந்தைய நாள் மாலையிலேயே கணவரிடமிருந்து அதற்கான பணத்தை வாங்கி வைத்துக் கொள்வதாலும், கடிதத்திற்கு என்ன பதில் போடுவது, அன்று போகும் திருமணம் அல்லது பிறந்த நாளுக்கு என்ன பரிசு வாங்குவது என்பவைகளையும் முதல் நாள் இரவே தீர்மானித்து விடுவதாலும், அலுவலகம் கிளம்பும் நேரத்தில் இதுபோன்ற பிரச்னைகளும் கிளம்பாமல் தவிர்க்கலாம். முக்கியமாக எரிச்சலும், சச்சரவும் தவிர்க்கப்படும்.

கணவன், குழந்தைகள் சாப்பிட்டபின் மனைவி சாப்பிடுவது நல்லது. அவளும் வேலைக்குச் செல்வதானாலும்கூட. மற்றவர்கள் கிளம்புவதற்குள் மனைவி சாப்பிட்டு விடலாம். குழந்தைகள் பள்ளி, தந்தை அலுவலகம் செல்லும் வழியில் இருப்பின் அவர் அவர்களைப் பள்ளிக்குக் கொண்டு விடலாம்.

எல்லோரும் கிளம்பியபின் மனைவி மாலையில் அரைக்க வேண்டிய அரிசி, உளுந்தை ஊற வைத்தல், இரவு தயிர் செய்ய பாலுக்கு உறை குத்துதல் போன்ற சில்லறை வேலைகளை முடித்து விட்டுத் தன்னைத் தயார் படுத்திக் கொண்டு அலுவலகம் செல்லலாம்.

அலுவலகம் செல்லும் பெண்கள் அக்கம் பக்கத்து வீட்டாருடன் நட்புறவோடு இருத்தல் அவசியம். எலக்ட்ரிக் பில் கட்ட, பாக்கெட் பால் பணம் கட்ட, காஸ் சிலிண்டர் டெலிவரியை வாங்கி வைக்க, மீட்டர் ரீடிங் பார்க்க இவற்றிற்கு அடுத்த வீட்டவர் உதவுவார்கள். இதற்கான பணம், பில் இவற்றை முதல் நாள் மாலையே அவர்களிடம் கொடுத்து விட வேண்டும். அதேபோல் அவர்களுக்கு நீங்கள் வேலை செய்யும் பகுதியிலிருந்து ஏதாவது தேவையாக இருப்பின் வாங்கி வந்து உதவலாம்.

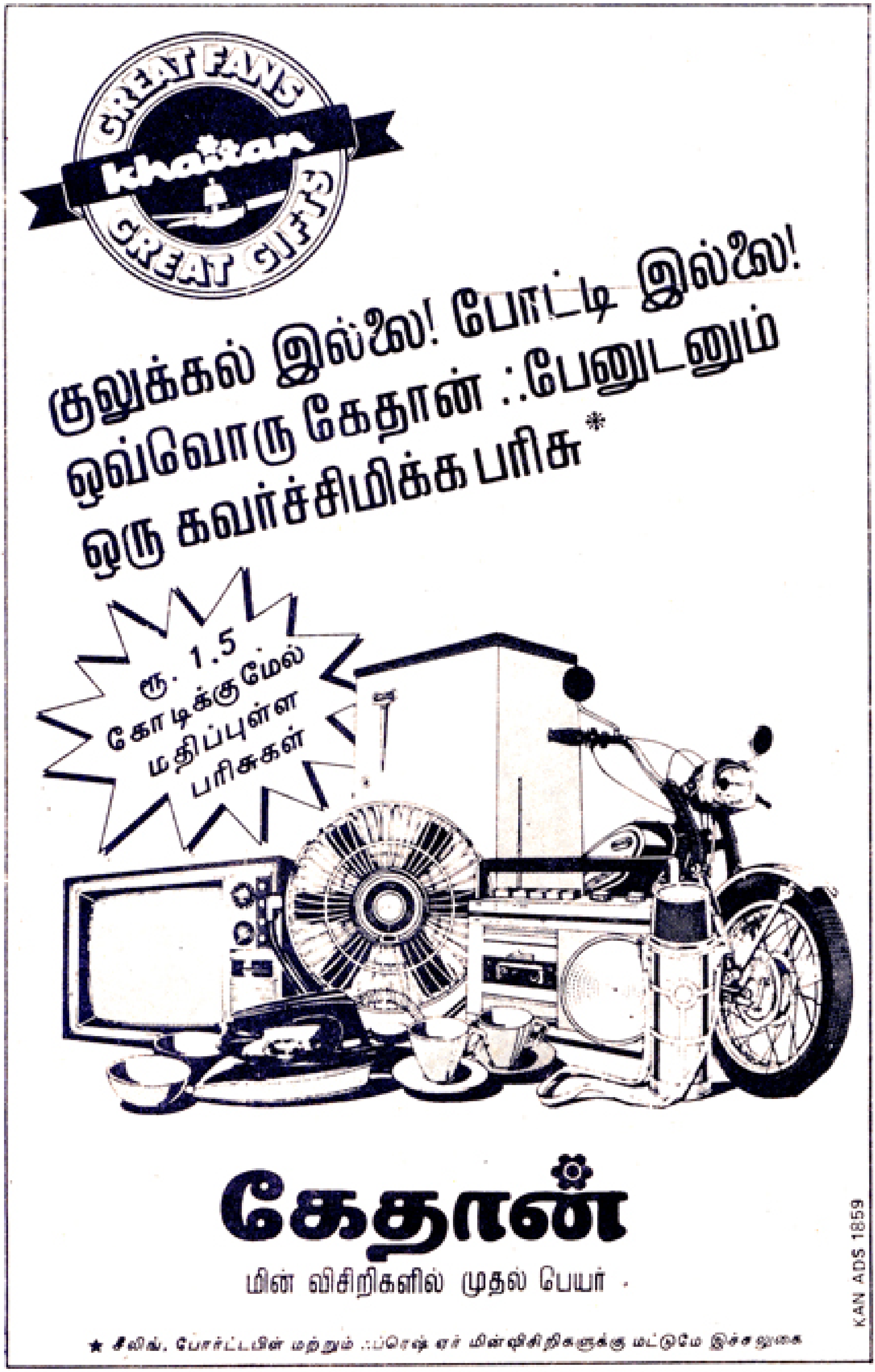
நேரத்தை எவ்வாறு பகிர்ந்து கொள்வது என்றும்வாரம்முழுவதும்எத்தகையசமையல் முறை எளிதானது என்றும் அட்டவணை கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

காலை டிபன்	தொட்டுக் கொள்ள	சமையல்	கிழமை
இட்லி	மிளகாய்ப் பொடி சாம்பார்	பீன்ஸ் வகைப் பொரியல + சாம்பார்	திங்கள்
இட்லி உப்புமா (அ) ஊத்தப்பம்	மிளகாய்ப் பொடி குழம்பு	கேபேஜ் அல்லது காரட் சீவல் பொரியல் + வத்தக் குழம்பு.	செவ்வாய்
சப்பாத்தி அல்லது பூரி.	சப்ஜி (பொரித்த கூட்டு) ஜாம்	பொரித்த கூட்டு + கலவை சாதம் ஒரு வகை	புதன்
பிரெட்	ஜாம்	வதக்கிய பொரியல் + மோர்க் குழம்பு.	வியாழன்
தோசை	மிளகாய்ப் பொடி	தேங்காய் சேர்த்த பொரியல் + சாம்பார்.	வெள்ளி
வெண் பொங்கல்	புளிக்குழம்பு.	பொடிமாஸ் கறி + புளிக்குழம்பு.	சனி
மாலை டிபன் சேவை முதல் போண்டா வரை	விருப்பம் போல்	காலைச் சமையல் — அவியல் முதல் பருப்பு உசிலி, வெஜிடபிள் பிரியாணி அல்லது அசைவ உணவு வரை.	ஞாயிறு.

தாம்பரம் லக்ஷ்மி சங்கர்
படங்கள்: யோகா



CLARION/SS/8599


GREAT FANS
Khaitan
GREAT GIFTS
குலுக்கல் இல்லை! போட்டி இல்லை!
ஒவ்வொரு கேதான் ஃபேனுடனும்
ஒரு கவர்ச்சியிக்க பரிசு*
ரூ. 1.5 கோடிக்குமேல் மதிப்புள்ள பரிசுகள்
கேதான்
மின் விசிறிகளில் முதல் பெயர்
★ சீலிங், போர்ட்டபிள் மற்றும் ஃப்ரெஷ் ஏர் மின்விசிறிகளுக்கு மட்டுமே இச்சலுகை
KAN ADS 1859

டாக்டர் பதில்கள்



விஜயலட்சுமி, ஈரோடு.

நான் முதன்முதலாக ஜனவரி 85ல்கருவுற்று மார்ச் 85ல் 72 நாட்களிலேயே கருச்சிதைவு (அபார்ஷன்) ஆகிவிட்டது. அப்போது நான் டாக்டரிடம் செல்லவில்லை. கர்ப்பப்பை சுத்தமும் செய்து கொள்ளவில்லை. பிறகு ஜூலை 85ல் எனக்குக் கடுமையான வயிற்று வலி ஏற்பட்டு டாக்டரிடம் சென்றதில் Tubal Preg nancy என்றும், உடனே ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும் என்றும் கூறி அப்ரேஷனும் நடந்தது. கருப்பைக்கு வெளியே டியூபில் கரு உண்டாகி டியூப் வெடித்துவிட்டது என்று கூறி (left tube) ஆபரேஷன் செய்தார்கள்.

எனக்கு வருங்காலத்தில் மகப்பேறு நன்முறையில் உண்டாகுமா?

Tubal Pregnancy எதனால் ஏற்படுகிறது? இனி மறுபடியும் அவ்வாறு ஏற்படாமலிருக்க என்ன செய்ய வேண்டும்?

கருக்குழாயில் சில நோய்களின் காரணமாக அடைப்பு ஏற்பட்டுச் சினையுற்ற முட்டை கருப்பையை அடைந்து வளர முடியாமல் கருக்குழாயிலேயே வளர்வதாலும், அவ்வாறுவளரகருக்குழாயில்இடம்போதாததால் அதை உடன் அறுவையின் மூலம் அகற்ற வேண்டியதும் தவிர்க்க முடியாது. உங்களுக்கு இடது பக்கக் குழாயைத்தான் துண்டித்துள்ளார்கள். ஆதலால் வலது பக்கக் குழாயின் வழிவரும் சினை முட்டை மூலம் கருத்தரிக்க வாய்ப்பு உண்டு. எனினும் இக்குழாயும் அடைபடாமல் உள்ளதா, அடைப்புக்கு உண்டான நோயைப் போக்க மருந்துகளும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். மருத்துவமனையில் நீங்கள் தொடர்ந்து பரிசோதனையும், மருந்தும் உடன் எடுத்துக் கொள்வது அவசியம்.

சத்யபாமா பெல்காம்.

மூன்று குழந்தைகள். மூன்றும் ஸிஸேரியன் மூலம் பிறந்தவை. கடைசி ஸிஸேரியன் ஆகி 6½ வருடங்கள் ஆகிவிட்டன. ஸிஸேரியன் ஆனதால் வயிறு பிரசவத்தின் பிறகு பெல்ட்டால் கட்ட முடியாத காரணத்தால் மிகவும் பெரிதாக உள்ளது. பார்ப்பவர்கள் கர்ப்பமா என்று (நான்கு மாதமா?) கேட்கும்படி உள்ளது. சாதாரணமாக உடல் பருமன் உள்ளவர்கள் யோகாசனம் செய்தால் வயிற்றின் பருமனும் குறையும் என்று தெரியும். ஆனால் ஸிஸேரியன் ஆன காரணத்தால் பெரிதாகக் காணப்படும் என் வயிறு யோகாசனத்தால் குறையுமா என்பதை தயவு செய்து கூறுங்கள். (என் வயது 32.)

மூன்று அறுவை சிகிச்சை மூலம் குழந்தை பிறந்தாலும், தற்சமயம் மூன்றாவது அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின்பு 6½ வருடங்கள் ஆனதாலும் தங்கள் வயிற்றின் தசைகள் தளர்ந்து திரும்ப யோகாசனம் மூலம் சரியாகக் கூடிய (திண்மை பெறக் கூடிய) வாய்ப்பு அரிதே. ஆகையால் இத்தகைய தொய்வுக்கு பிளஸ்டிக அறுவை நிபுணர் அல்லது மற்ற பொது அறுவை நிபுணரை அணுகிக் கலந்தாலோசிக்கவும். இதற்கும் இப்பொழுது ஏதேனும் செய்தால்தான் நலன் உண்டு. வயது ஆக ஆக தசையின் தளர்ச்சியும் கூடுதலாகும்.

நிர்மலா, பண்ருட்டி.

எனக்கு 15 வயதாகிறது. வயதுக்கு வந்து ஒரு வருடமாகிறது. எனக்கு கை, கால், முகம் எங்கும் ஏராளமாக மயிர் வளர்ந்துள்ளது. அதிலும், உதட்டிலும், தாடையிலும் கன்னங்களிலும் கூட மயிர் உள்ளது. எவ்வளவு மஞ்சள் பூசியும் பலன் இல்லை. மீசை இன்னும் பெரிதாகி விடுமோ என பயமாக உள்ளது. மேலும்நான் நல்லசிவப்புநிறமாக உள்ளதால் மயிர் பளிச்சென்று தெரிகிறது. மேலும் இதற்கு Punic Stone என்று ஏதோ மருந்து இருப்பதாகக் கூறினார்கள். வேறு விவரம் தெரியவில்லை.

இப்பருவ (15) இளமங்கையான உனக்கு இத்தகைய மயிர் வளர்ச்சி அதிக மன உளைச்ச

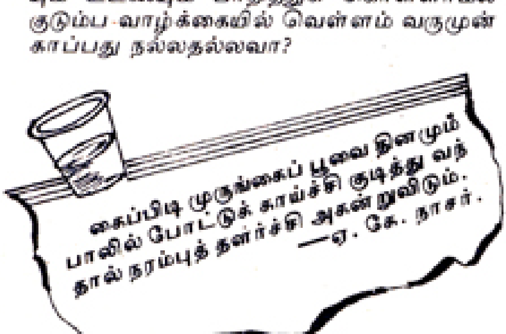
கு.த.ரஷ்யா

லேயும், அச்சத்தையும் உண்டாக்குவது நியாயமே. நம் உடலில் உற்பத்தியாகும் வளர்ச்சிக்கான ஹார்மோன்கள் (Growing hormone) சரிசமமாக ஏற்படாவிட்டாலும் அல்லது அவைகளை உற்பத்தியாக்கும் சுரப்பான்கள் (Glands) சரியான அளவில் வேலை செய்யாவிட்டாலும் இத்தகைய தொல்லைகள் ஏற்படலாம். பொது அரசு மருத்துவமனை, அல்லது தரமணி பல்கலைக்கழகத்தில் (சென்னை) இதற்கான ஆராய்ச்சி செய்து குறைகளைக் கண்டு பிடித்து தகுந்த சிகிச்சை மூலம் பலன் அடைந்தோர் பலர். பண்ருட்டியிலிருந்து சென்னை வந்து பார்க்க இயலுமானால் சரி அல்லது அருகில் உள்ள திறமையான Physician அணுகலாம். punic stone மருந்தல்ல. அது ஒரு கல் போன்றது அதைத் தோலின் மீது தேய்த்துக் கொண்டு வந்தால் முடி வளர்ச்சி தாமதமாகும். அதுவே குணப்படுத்தக் கூடிய சிகிச்சையல்ல. மேலே தடவிப் போக்கக் கூடியதுமானதும் நிரந்தர வழியாக இருக்காது.

ஈஸ்வரி, செங்கல்பட்டு.

வயது 24. மணமாகி 9 வருடங்கள். எனக்கு இரண்டு ஆண் குழந்தைகள் இருக்கிறார்கள். குழந்தை பிறந்தபொழுது கருத்தடை ஆபரேஷன் செய்ய பயப்பட்டதால் செய்து கொள்ளவில்லை. என் கணவர் அறுவை சிகிச்சை செய்து கொள்ள மறுக்கிறார். ஆபரேஷனுக்காகக் குழந்தை பெற்றுக் கொள்ள எனக்குப் பிடிக்கவில்லை. நான் இப்பொழுது ஆபரேஷன் செய்து கொண்டால் ஏதாவது கோளாறு ஏற்படுமா என்று அஞ்சுகிறேன்.

கருத்தடை அறுவை சிகிச்சையைப் பெண்கள் எந்த வயதிலும் எந்த நிலையிலும் ஏற்றுக் கொள்ளலாம். அதற்குப் பின்பும் ஒரு தொல்லையும் கிடையாது. உங்கள் செயல்பாட்டில் உள்ள பொது அரசு மருத்துவக்கல்லூரி மருத்துவமனையில் கைதேர்ந்த நிபுணர்களை உடன் அணுகவும். காலம் தாழ்த்தித் தேவையற்ற கருவை ஏற்றுக் கொண்டு பணத்தையும் உடலையும் பாதித்துக் கொள்ளாமல் குடும்ப வாழ்க்கையில் வெள்ளம் வருமுன் காப்பது நல்லதல்லவா?



மைதிலி, தஞ்சாவூர்.

எனக்கு வயது 20, மூன்று வயதில் ஒரு குழந்தை இருக்கிறது. சுகப் பிரசவம். சிறிது தையல் போட்டிருக்கிறார்கள். டெலிவரி ஆன இடத்தில் இடைவெளி அதிகம் இருப்பதால் இல்லற இன்பம் இருவருக்கும் கிடைப்பதில்லை.

வயிற்றின் அடையாளங்கள் இனிமேலும் ஏற்படாதிருக்க வழி உண்டா.

பிறப்பு உறுப்பில் குழந்தைப் பிறப்பின் போது இடைவெளி அதிகம் ஏற்பட்டுள்ளதை இப்பொழுதும் சிறு அறுவை சிகிச்சை (அந்த இடத்தில் ஒரு சில தையல்கள்) மூலம் நிச்சயமாக மணமான பருவத்தில் உள்ளது போல் சரி செய்து கொள்ளலாம். கவலை வேண்டாம். தஞ்சை மருத்துவக் கல்லூரி மருத்துவமனையில் உள்ள பெண் மருத்துவ நிபுணரை அணுகவும்.

வயிற்றின் மீது ஏற்கெனவே ஏற்பட்ட வடுக்கள் மாறாது. அடுத்து குழந்தை பிறப்புக்கு பின்பு உடனே நல்ல தேங்காய் எண்ணெயை வயிற்றின் மீது தடவி வருவதால் ஒரு சிலர் பயனடையலாம்.

சசிகலா, கோயம்புத்தூர்.

என்னுடைய வயது 19, கடந்த இரு மாதங்களாக எனக்கு மலம் கழிக்கும்பொழுது மலக் குடல் (சிறிதளவு) வெளிவந்து விடுகிறது. இதனால் லேசான எரிச்சலும் உள்ளது. மற்றபடி அடிவயிற்றில், வலி ஏதுமில்லை. இதற்கு என்ன பண்ணுவது?

உங்களுக்கு ஏற்பட்டுள்ள குறை அச்சம் தரக் கூடியதல்ல. மலச்சிக்கல் வராதபடி அதிகமான காய்கறி, பழங்கள், கீரைகள் (Fibre உள்ளவை) அதாவது கோஸ், சிட்ரஸ் பழங்கள், வாழைப்பழம்) உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளவும். சிறிதாக இருப்பதாலும், மறைந்து விடுவதாலும் தற்சமயம் அறுவை சிகிச்சை தேவையிராது. 'Ripanto' ரிப்பாண்டோ (டிச்சென்ஸ் மருந்து—J & J Dechenes). களிம்பு இரண்டு மிளகு அளவு விரலில் எடுத்து இரவில் படுக்குமுன் ஆசன வாயின் உள் விரலைச் சிறிது தூரம் செலுத்தி தடவி விட்டால் குணமாகிவிடும். இதைத் தொடர்ந்து 2 வாரங்கள் செய்யவும். அல்லது தொல்லை நிற்கும் வரை செய்து வரவும். இதற்குப் பின்பும் சரியாக வரவில்லையானால் மருத்துவமனையில் பொது அறுவை சிகிச்சை நிபுணரை அணுகவும்.

முட்டையோ முட்டை

* கேக், பிஸ்கெட் அல்லது ஆம்லெட் போன்ற எந்தத் தயாரிப்புக்கும் முட்டையை உடைப்பதாக இருந்தால் சற்று வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் போட்டு வைத்திருந்து எடுத்து உடைத்து கிண்ணத்தில் ஊற்றினல் முட்டைக் கூட்டுக்குள் சிறிதளவு திரவம் கூட ஒட்டாமல் சுத்தமாக வந்துவிடும்.

* கொதி தண்ணீரில் முட்டையை உடைத்து, ஊற்றி வேக வைக்கும்போது வெள்ளைக் கரு தனியாக சிதறி பரவிவிடாமல் மஞ்சள் கருவோடு ஒன்று சேர்ந்து வேக தண்ணீரோடு ஒரு டீஸ்பூன் சீமைக்காடியென்னும் வினிகரை சேர்க்க வேண்டும்.

* வேக வைத்த முட்டையை வில்லைகளாக நறுக்கும்போது ஒவ்வொரு முறையும் கத்தியைத் தண்ணீரில் முக்கிக் கொண்டு நறுக்கினல் வில்லைகள் அழகாக வரும்.

* வெள்ளைக் கருவை மட்டும் உபயோகித்து விட்டு மஞ்சள் கரு மீந்து அதனை முட்டைக் கூட்டிலேயோ அல்லது ஒரு சிறு கிண்ணத்திலேயோ வைத்து ஃபிரிஜ்ஜில் பத்திரப் படுத்தும்போது அதன் மேல் இரண்டு டீஸ்பூன் ரிபைண்டு சமையல் எண்ணெயை ஊற்றி வைக்க வேண்டும். அதாவது, மஞ்சள் கரு எண்ணெயில் மூழ்கியிருக்குமாறு வைத்தால் கெடாமல் இருக்கும்.

* வேக வைத்த முட்டைகளில் மஞ்சள் கருவுக்கு வெளிப் பாகத்தில் கரும்பச்சைப் பூச்சு படர்ந்திருப்பதைக் கவனித்திருப்பீர்கள். இது வெள்ளைக் கருவில் உள்ள கந்தகமும் மஞ்சள் கருவிலுள்ள இரும்பும் கலப்பதால் உண்டாகும் இரசாயன மாற்றமேயாகும். இதனைத் தடுக்க முட்டைகளை அதிக நேரம் வேக வைக்கக் கூடாது. வெந்த முட்டைகளை உடனே சாதாரண தண்ணீரில் போட்டு எடுத்து முட்டை ஓட்டை அகற்ற வேண்டும். மிக மிதமான தீயில்தான் முட்டைகளை வேக வைக்க வேண்டும்.

முட்டைகளை தேவைக்கு அதிகமான நேரம் வேக வைப்பதால் கடினத் தன்மையடையும்.

* முட்டையின் வெள்ளைக் கருவிலுள்ள புரதச் சத்து ஒரு வரப்பிரசாதம். இந்த தனித்துவம் வாய்ந்த 'வெள்ளைக் கரு புரதச் சத்து' இன்புளுயன்ஸா வைரஸை எதிர்க்கும் தன்மையை உடலுக்கு தருவதோடு கிருமிநாசினியாகவும் செயல்படுகிறது. பச்சை முட்டையாக சாப்பிடுவதை விட அரைவேக்காட்டு முட்டைகளே ஆரோக்கியத்துக்கேற்றது.

* முட்டையில் கலோரிச் சத்து மூன்று சதவீதமேயுள்ளதாலும், உடலுக்கு அன்றாடம் தேவைப்படும் மற்ற முக்கியமான சத்துக்கள் இதில் நிறைய இருப்பதாலும் உடல் மெலியும் டயட்டில் இருப்பவர்களும் ஒரு நாளைக்கு ஒரு முட்டை வீதம் சாப்பிடலாம் என்று சத்துணவு விற்பன்னர்கள் கூறுகிறார்கள்.

* முட்டையை சேமித்து வைக்கும்போது குறுகிய பாகம் கீழும், அகன்ற பாகம் மேலுமாக வைத்தால், முட்டை சீக்கிரம் கெடாது. அதோடு, முட்டையை உடைக்கும்போது மஞ்சள் கருவும் கலங்கிப் போகாது.

— எஸ். இ. பாத்திமா.

ஸ்ரீதேவி மூக்கு வேணுமா?

மருத்துவத்தினுல் சாதிக்க முடியாததே இல்லை என்று ஆகிவிட்ட காலம் இது.

தலை முடியிலிருந்து, கால் நகம் வரை நம் விருப்பப்படி மாற்றி அமைத்துக் கொள்ளலாம். இதற்குதான் பிளாஸ்டிச் சர்ஜரி என்று பெயர்.

தொழுநோயாளிகள், வெண் குஷ்டம் உடையவர்களுக்கு இத்துறை ஒரு வரப்பிரசாதம்.

கோவையில் பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி மூலம் பல அற்புதங்களை நிகழ்த்தி வரும் டாக்டர் குமார் இங்கு அதைப் பற்றிப் பேசுகிருர்.

பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி என்பது எப்படி, எங்கே, எப்போது தோன்றியது டாக்டர்?

உண்மையில் வேத காலத்திலிருந்தே பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி இருந்திருக்க வேண்டும். சுஷ்ருதா என்பவர்தான் முதன் முதலாக உலகில் பிளாஸ்டிச் சர்ஜரியைத் தோற்றுவித்தவர். புராணங்களில் கூட, ஏன் உதாரணமாக விநாயகரையே எடுத்துக் கொள்ளுங்களேன். தலை அறுபட்டு அவருக்குப் புதிய யானைத் தலை பொருத்தப்படவில்லையா? 16—ம் நூற்றுண்டில் 'டாக்லியாகோஜ்ஜி' என்பவர் கையிலிருந்து சதை எடுத்து வந்து மூக்குப் பகுதியில் பொருத்திக் காட்டினுர். ஆனுல் நவீன யுக பிளாஸ்டிக் சர்ஜரியின் தந்தை ஸர். ஹெரால்ட் கில் லிஸ். இவரது பெரு முயற்சியால் உலகம் முழுவதும் இந்தக் கலை பரவியது.

இந்தியாவில் சண்டிகாரைச் சேர்ந்த புரொபஸர்சி.பாலகிருஷ்ணன்தான்பிளாஸ்டிச் சர்ஜரி துறையை நம் நாட்டிற்கு ஏற்றுற் போலப் பல மாறுதல்கள் செய்து கொண்டு வர அரும்பாடு பட்டவர்.

பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி துறையில் இப்போது நடைபெற்றுள்ள வளர்ச்சிகள் என்னென்ன?

'ரீசன்ட் டெவலப்மெண்ட்' என்று பார்த்தால் செயற்கைத் தோல் முறையை குறிப்பிடலாம். இதன் ஒரு அங்கம் தான் வெட்டுண்ட கை, கால் விரல்கள் முதலியவற்றை பழையவாறு ஒன்று சேர்ப்பது. இதற்கு 'மைக்ரோ வாஸ்குலர் சர்ஜரி' என்று பெயர். இதற்கு 'ஆபரேடிங் மைக்ரோஸ் கோப்' என்ற கருவி வேசியம் தேவை.

ஸ்கின் கிராஃப்டிங் (Skin grafting) என்றுகூறப்படும்புதியதோல் பொருத்தும் முறையினுல் தோல் பொருத்தப்பட்டால் இயற்கையான நிறம் அந்தத் தோலுக்கு. அதாவது பொருத்தப்பட்ட தோலுக்குக் கிடைக்குமா?

நிச்சயம் கிடைக்கும். ஆனுல், இரண்டு முதல் நான்கு வருடங்கள் ஆகும்.

ஏன் டாக்டர்?

நம் உடலிலேயே நம் முகத்தின் நிறம், உடல் நிறத்தை விட மங்கியே இருக்கிறது. கையின் மேற்புறம் ஒரு நிறமாகவும், உட்புறம் ஒரு நிறமாகவும் இருக்கிறது. இதற்கு தோலின் உட்தளத்தில் அமைந்துள்ள 'நிற பிக்மெண்ட்' களே காரணம். அந்த 'நிற பிக்மெண்ட்' கள் தங்கள் இயல் நிலையை விடுத்து, பொருத்தப்பட்டுள்ள இடத்தின் நிறத்தை அனுசரிக்க இந்த கால அளவு தேவைப்படுகிறது. அந்த தோல் புகுந்த வீட்டில் நுழைந்துள்ள ஒரு புது மணப்பெண் போல எண்ணி வைத்துக் கொள்ளுங்களேன்.



* பிளாஸ்டிச் சர்ஜரிக்கு முன்...



கண்தானம் செய்வது போல தோல் தானம் செய்யப்படுகிறதா?

உண்மையில் மிக நல்ல கேள்வி. தீப்புண் பட்டு தனது தோலின் மிகப் பெரும் பகுதியை இழந்துள்ள நோயாளிக்கு மற்றவர்கள் தோலைத் தந்து உதவலாம். இதனால், தோலை தரும் அன்பருக்கு எந்தவிதப் பாதிப்பும் ஏற்படாது.

அப்படி என்றால் 'ஐ பாங்க்' (Eye Bank) என்று கண் சேமிக்கும் இடம் போல 'தோல் பாங்க்' என்ற தோல் சேமிக்கும் வங்கி அமைப்பு இருக்கிறதா டாக்டர்?

இருக்கிறது. தங்கள் ரத்தம், கண், சிறுநீரகம் போல தோலையும் தானமாகத் தரலாம். பலர், தங்கள் பிறந்த நாளின் போது தோலை தானமாகத் தர விரும்புவதாகக் கூட என்னிடம் கூறுவதுண்டு. என் மருத்துவ மனையில் கூட நான் பலருடைய தோல்களை வைத்திருக்கிறேன். இப்போது சாதாரணமாகத் தெரியும் இவை ஆபத்து சமயத்தில் எப்படிப் பேசும் தெரியுமா?

பொதுவாகத் தோலை எங்கிருந்து எடுக்கிறீர்கள் டாக்டர்?

பொதுவாகத் தொடைப் பகுதியிலிருந்தே தோல் எடுக்கப்படுகிறது என்றாலும் மருத்துவ முறைப்படி சில சமயங்களில் மாறுபடுவதும் உண்டு.

'பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி' துறையில் நீங்கள் இதுவரை அதிக அளவில் என்னென்ன கேஸ்களைச் சந்தித்திருக்கிறீர்கள் டாக்டர்?

ஒரு பெரிய புத்தகம் எழுதும் அளவிலான கேள்வி இது. இருப்பினும் பிளந்த உதடுகள், மூக்கு வாய் சரியின்றி பிறந்த குழந்தைகளுக்கு பிளாஸ்டிச் சர்ஜரி துறை ஒரு வரப்பிரசாதம்.

அவ்வாறு குழந்தைகள் பிறக்க என்ன காரணம் டாக்டர்? கிரகண சமயத்தில் கர்ப்பிணிப்பெண்கள் வெளியே செல்வதால் தான் இப்படிப்பட்ட குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் பிறக்கும் வாய்ப்புக்கள் அதிகம் ஏற்படுகின்றன என்று என் பாட்டி சொல்லிக் கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். ஆனால் எனக்குத் தெரிந்த ஒரு பெண்ணிற்குப் பிரசவ காலம் முழுவதும் 'கிரகணம்' வரவே இல்லை, என்ற போதிலும் பிளந்த உதடுடைய குழந்தை ஒன்று பிறந்ததே!

விதி என்ற ஒரு காரணம் இருந்தாலும், மருத்துவ ரீதியாக உடனுக்குடன் அதாவது அடுத்தடுத்து குழந்தைகள் பிறப்பதும், பெற்றோரின் ஆரோக்கியமற்ற, ஆரோக்கியக் குறைவான உடல் நிலையும், சத்துள்ள உணவு குறைபாடுகளுமே முக்கியக் காரணங்கள். மேலும், தாய் கர்ப்ப காலத்தில் குறிப்பிட்ட சில மருந்துகளை நிச்சயம் உண்ணக் கூடாது.

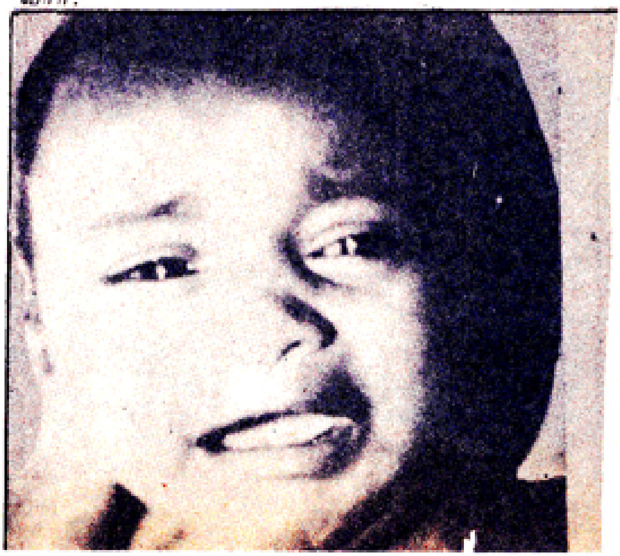
அவை என்னென்ன டாக்டர்?

அதிக அளவு வைட்டமின் 'A'; Diazepam, Cortisone போன்ற மருந்துகள்.

மேலும், தாய் அடிக்கடி தன் உடலை பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும். 'அனிமியா' என்னும் இரத்தசோகை நோய் அணுகாமல் காத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

சரி, இவ்வாறு ஊனமுடன் ஒரு குழந்தை பிறந்து விட்டது! என்ன செய்ய வேண்டும்?

உடனே மருத்துவரை அணுகுங்கள். அது மிகவும் அவசியம். நீங்கள் ஒத்திப் போடும் ஒவ்வொரு நாளையும் உங்கள் குழந்தை தாழ்வு மனப்பான்மை படியில் ஏறிக் கொண்டிருக்கிறது என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள். பிரசவம் கவனித்துக் கொண்ட மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி தகுந்த பிளாஸ்டிக் சர்ஜனை அணுக வேண்டும். குழந்தைக்கு முறைப்படி பால் ஊற்றக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். இதற்கென தனி பாட்டில்களும், ரப்பரும் உள்ளன. தாய்ப்பால் கொடுத்தாலும் குழந்தையை மடியில் வைத்துக் கொள்ளும் முறையை மருத்துவர் கற்றுத்தருவார். பிளந்த உதடுகளுக்கு மூன்று மாதத்திலிருந்து ஆறு மாதத்திற்குள் சிகிச்சை ஆரம்பிக்கப்பட வேண்டும். ஏனென்றால் குழந்தை கண்ணாடியில் முகம் பார்க்க ஆரம்பிக்கும் வயது இது. இதற்கு மருத்துவர் சில விதிமுறைகளைக் கூறுவார்.



* ......பின்.

அம்மாடியோ! அம்மாவோடு ஆசையுடன் விளையாட நேரமே போதாதே!

உங்கள் அருமைச் செல்வத்தின் எதிர்கால வாழ்வுக்கு
இன்றே போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்திடுங்கள்

உங்கள் குழந்தைக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்து இளம்பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு அளித்திடுங்கள்

வார நாட்களில்

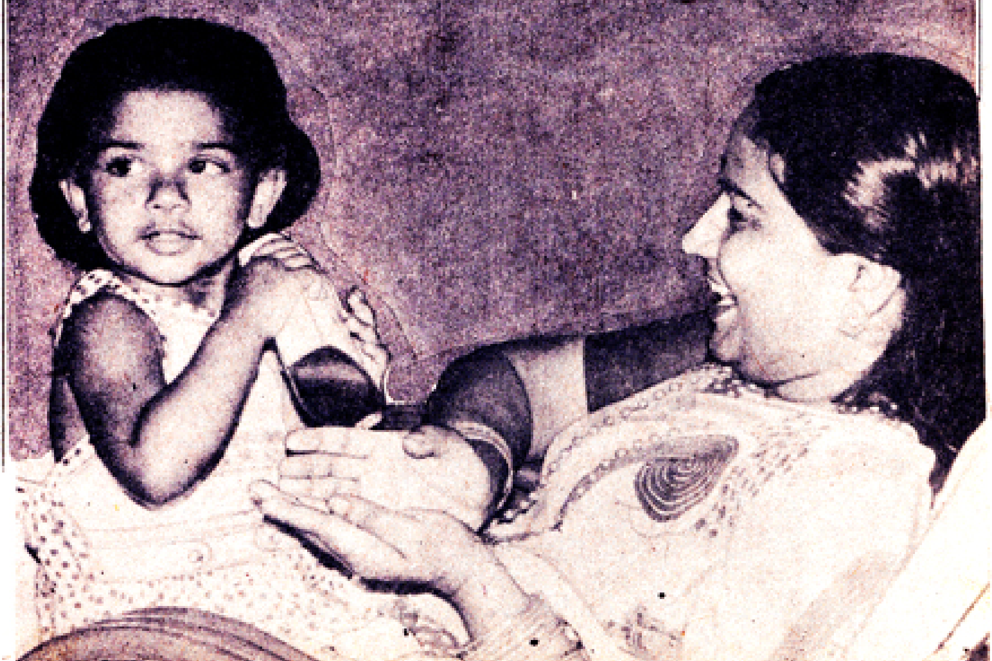
மாலை : 3 முதல் 6 வரை ஞாயிறு : விடுமுறை

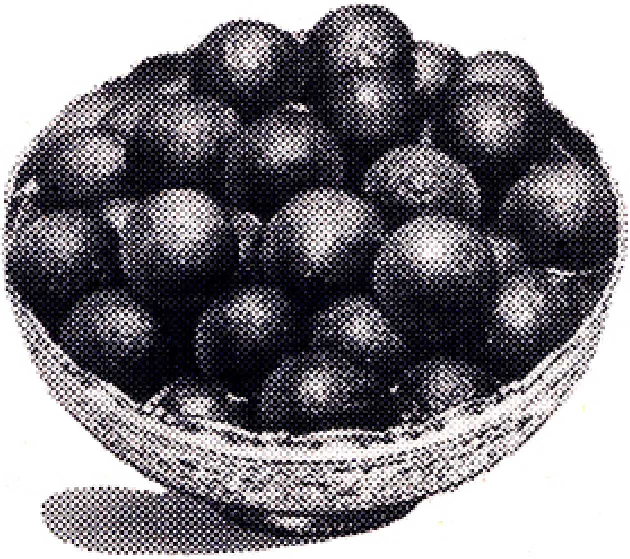
மருத்துவரின் மேற்பார்வையில் போலியோ சொட்டு மருந்து டிரிபிளாண்டிஜென்
மற்றும் மீஸில்ஸ் வாக்ஸின்

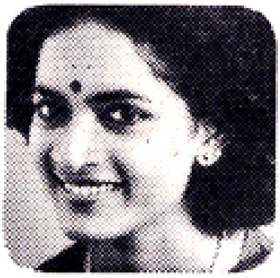
அளிக்கப்படும் இடம் :

தமிழ்நாடு· தாதா பார்மஸூடிகல்ஸ் லிமிடெட்

10, பத்மாவதியார் சாலை, ஜெய்பூர் நகர்,
(ஆயிரம் விளக்கு மசூதி அருகில்) சென்னை-600 086.
தொலைபேசி : 470656 479603









Ruchi
JAMUN MIX

உதாரணமாக, சுத்தமான முறையில் கொதிக்க வைத்த நீரில் கழுவிய பாட்டிலில் தான் பால் தரவேண்டும். ஏனெனில், இந்தக் குழந்தைகளுக்கு சட்டென்று வியாதி தொற்றிக் கொள்ளும் வாய்ப்பு உண்டு.

குழந்தை பத்து பவுண்டு எடை இருந்தால் தான் ஆபரேஷன் செய்ய முடியும். இரத்தத்தில் ஹீமோகுளோபின் அளவு 10 கிராம் சதவீதத்திற்கு மேல் இருக்க வேண்டும்.

பிளந்த அன்னத்தைச் சரி செய்ய முடியுமா?

முடியும். 9 மாதம் முதல் 18 மாதம் வரை தான் இதற்குச் சரியான வயது.

ஏனெனில் அப்போதுதான் பேச்சு ஆரம்பிக்கும், பல் முளைக்கும் காலம். பிளந்த அன்னத்தைச் சரி செய்வதால் தான் தெளிவான பேச்சும், சீரான பல் அமைப்பும், முக அழகும் பெற முடியும்.

வேறு என்னென்ன சரி செய்யலாம் டாக்டர்?

தீப்புண்கள். முக்கியமாகப் பல தீப்புண்கள் சகோதரிகளின் அஜாக்கிரதையால் தான் ஏற்படுகின்றன. சில செய்திகளில் அவர்கள் காட்டும் அவசரம், பொறுமையின்மை அல்லது அலட்சியம் தீப்புண்களுக்கு வழி வகுக்கின்றன.

பம்ப் ஸ்டவ்களை உபயோகப்படுத்தவே கூடாது. எந்த ஸ்டவ்விலும் எரியும் போது எண்ணெய் ஊற்றுவது தவறு. வழியும் வரை எண்ணெய் ஊற்றக் கூடாது. சமையல் செய்யும் மேடைக்கு மேற்புறமாக ஷெல்புகள் இருக்கக் கூடாது. குழந்தைகளின் கைக்கு எட்டும் தொலைவில் அமிலங்களோ, எரி பொருள்களோ, தீப்பெட்டியோ, மின்சார சாதனங்களோ வைக்கக் கூடாது. புடவையைச் சரியாக இழுத்துக் கட்ட வேண்டும். என்னைக் கேட்டால் புடவையை விட 'ஹவுஸ்கோட்' சிறந்த உடை என்பேன்.

சரி, தீப்பிடித்துவிட்டது. உடனடியாக என்ன செய்ய வேண்டும்?

ஒரு பெரிய போர்வையினால் அவரது உடலைச் சுற்றிக் கீழே உருட்டுங்கள். தகுந்த மருத்துவரை, பிளாஸ்டிச் சர்ஜனை அணுகுங்கள்.

அவர்களால் பழையபடி வாழ்க்கை நடத்த முடியுமா?

பிளாஸ்டிக் சர்ஜனால் அவர்களை பழைய வாழ்க்கையில் ஈடுபட வைக்க முடியும். அவர்களுக்குத் தன்னம்பிக்கையை ஊட்டுவது குடும்பத்தினரின் கடமையும் கூட.

பிறவி ஊனத்தைத் தவிர விபத்து ஊனங்களையும் குணப்படுத்துவதாகக் கூறுகிறீர்களே, விளக்க முடியுமா?

விபத்தினால் ஏற்படும் விரல் இழப்புக்கள், கை, கால் இழப்புக்கள், பாராலிஸிஸ் எனப்படும் நரம்பு வியாதியால் ஏற்படும் ஊனங்கள், முகத்தில் ஏற்படும் தழும்புகள், கட்டிகள், மற்றும் புற்றுநோய்.

புற்றுநோயினால் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளை வெட்டித் தேவையான தசைகளைப் பொருத்தி குறைபாடுகளை நிவர்த்தி செய்யலாம். உதாரணமாக மார்பகப் புற்றுநோய்.

அடுத்து, தொழிற்சாலையில் வேலை செய்பவர்களுக்கு சில சமயம் நான்கு விரல்களிலும் வெட்டு ஏற்படும் அபாயம் உண்டு. அவற்றையும் சரி செய்யலாம்.

உங்களுக்கும், வாசகர்களுக்கும் அநேகமாக இதுவரை தெரிந்திராத ஒன்றைக் கூறட்டுமா?

பிளாஸ்டிக்சர்ஜரி மூலம் தொழுநோயாளிகளைக் கூட அழகான அங்க அவயவம் உள்ளவராக மாற்ற முடியும்.

'லூகோடர்மா' எனப்படும் வெண்குஷ்டம் கொண்டவர்கள் பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி துறையினால் பயன் பெறலாம்.

டாக்டர், நான் உங்களைச் சந்திக்கச் செல்லப் போகிறேன் என்பதை அறிந்த என் தங்கை, "என் மூக்கை ஸ்ரீதேவி மூக்கு போல செய்ய முடியுமா என்று கேட்டு வா" என்றாள். பொதுவாக, பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி என்றாலே மூக்கு மாற்று சிகிச்சைதான் என்ற எண்ணம் மக்களிடையே பரவி உள்ளதற்கு என்ன கூற விரும்புகிறீர்கள்?

அழகு என்பது அவரவர் மனத்தைப் பொறுத்தது. முகத்திலுள்ள அங்க அவயவங்களை முக அமைப்பிற்கு ஏற்றாற் போலச் சரி செய்ய முடியும். ஆனால் முக லட்சணம் என்ற ஒரு அளவு மருத்துவ முறைப்படி இருக்கிறதே, அதைத் தீர்மானிப்பது பிளாஸ்டிக் சர்ஜன் தான்.

உங்கள் கேள்விக்கு என் பதில் என்ன தெரியுமா? யாருக்கு வேண்டுமானாலும் மூக்கைச் சரி செய்யலாம், தோலின் சுருக்கத்தைச் சரி செய்யலாம். ஆனால் ஸ்ரீதேவி போல மூக்கு வேண்டும், ஹேமமாலினி போல மூக்கு வேண்டும் என்று கூறுபவர்களை நல்ல பிளாஸ்டிச் சர்ஜரி துறை நிபுணரிடம் அழைத்து வாருங்கள். உங்கள் முக அமைப்பைப் பார்த்து, உங்களை ஸ்ரீதேவி என்ன, கிளியோபாட்ரா போல தோன்ற வைக்கக் கூட அவரால் செய்ய இயலும். ஆனால் எந்த மாதிரி மூக்கு வேண்டும் என்று வரையறை விடுக்க உங்களுக்குத் தெரியாது. அதை நிர்ணயிப்பவர் நிபுணரே.

— லட்சுமி நடராஜன்.

பிரிட்ஜில் கெட்ட வாடை வருகிறதா? கவலையே வேண்டாம். எலுமிச்சை பழத் தோலை 'இதனுள்' வைத்து மூடினால் நாற்றம் போய்விடும்.

— லட்சுமி சிவம்.

இம்மாத



சுந்தரி வேணுகோபால், லீலா கோண்டாஸ், திருமதி நீலா சீனிவாஸன், விஜி ரமணி ஜனிதா தல்வார்.

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டிக்கு நடுவர்களாக இருந்தவர்கள்:

மங்கையர்க்கரசி மகளிர் மன்றம், சாஸ்திரி நகர், சென்னை—20.

முதல் பரிசு:

மணத்தக்காளிக் கீரைத் துவையல்

தேவையான பொருட்கள்:

எண்ணெய் — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பச்சை மிளகாய் —,5,
மணத்தக்காளிக் கீரை — 1 சிறிய கட்டு,
உளுத்தம் பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
கடலைப்பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
இஞ்சி — சிறிய துண்டு,
பெரிய வெங்காயம் — 2,
பூண்டு — 2 பல்,
தக்காளி — 2,
புளி — பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு,
தேங்காய்த் துருவல் — 3 டேபிள் ஸ்பூன்.
தேவையான அளவு உப்பு

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு ஆகிய வற்றை வாணலியில் சிவக்க வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். மணத்தக்காளிக் கீரையை, கோதை அகற்றி நீரில் அலசி நீர் வடியும் வரை வைத்து, வாணலியில் எண்ணெயை ஊற்றிக் கீரையை நன்ருக வதக்கவும். பிறகு வதக்கிய கீரை, வெங்காயம், தக்காளி, இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய், தேங்காய்த் துருவல், உப்பு, ஆகியவற்றைச் சேர்த்து அம்மியிலோ, மிக்சியிலோ அரைக்கலாம். இத்துவையல்குடல்புண்ணிற்குமிகவும் நல்லது.

—கே. தனபாக்கியம், ஈரோடு.

இரண்டாம் பரிசு:

சுதம்பத் துவையல்

தேவையான பொருட்கள்:

பரங்கிக்காய் (சிகப்பு பூசணி) — 1 துண்டு,
வாழைக்காய் (நடுத்தரம்) — 1,
பெங்களூர் கத்தரிக்காய் (சிறியது) — 1,
பீர்க்கங்காய் (இளசாக) — 100 கிராம்,
கத்தரிக்காய் — 2,
கடலைப் பருப்பு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
உளுத்தம் பருப்பு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்
வேர்க்கடலை — 50 கிராம்,
தேங்காய் மூடி — 1,
பச்சை மிளகாய் — காரத்திற்குத் தகுந்த மாதிரி,
சேனைக் கிழங்கு — 1 துண்டு,
தக்காளி — 50 கிராம்.

செய்முறை:

கத்தரிக்காயைத் தவிர மற்ற எல்லாக் காய்கறிகளையும் பொடிப் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். பின்பு கத்தரிக்காயின் மேல் எண்ணெய் தடவி தணலில் வாட்டி எடுத்து அதன்மேல் தோலை உரித்து எடுத்து விடவும். தேங்காயைத் துருவி வைத்துக் கொள்ளவும். பின்பு அடுப்பில் வாணலியைப் போட்டு, கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு ஆகிய வற்றைச் சிறிது எண்ணெய் விட்டுச் சிவக்க வறுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு வேர்க்கடலையைப் போட்டு வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பின்பு அதே வாணலியில் எல்லா காய்கறிகளையும் (நறுக்கி வைத்துள்ள) போட்டுச் சிறிது எண்ணெய் விட்டு நன்கு வதக்கி எடுக்கவும். தக்காளியையும் போட்டு வதக்கிவிடவும். பின்பு உரலிலோ, மிக்ஸியிலோ முத

லில் பருப்பு வகைகளையும், தேங்காய்த் துருவலையும், பச்சை மிளகாயையும் போட்டு அரைக்கவும். இவை பாதி மசிந்தவுடன் வதக்கி வைத்துள்ள காய்கறிகளையும், தக்காளியையும், உப்பையும் சேர்த்து நன்கு மசிய அரைக்கவும். அரைத்து எடுத்தவுடன் அவசியமானால் கடுகு, பெருங்காயத் தூள், கருவேப்பிலை ஆகியவற்றை நெய்யில் தாளித்துக் கொட்டலாம்.

இவ்வாறு துவையல் அரைப்பதில், காய்கறிகளின் தோலை (வாழைக்காய் தவிர) சீவாமல் அப்படியே வதக்கினால் சத்தும் அப்படியே இருக்கும்.

— விஜயா, செய்யாறு.

மூன்றும் பரிசு:

முருங்கை நெல்லித் துவையல்

தேவையான பொருட்கள்:

முருங்கைக்காய் — 5,(சோற்றுக் காயாக)
நெல்லிக்காய் — 10 பெரியதாக,
வற்றல் மிளகாய் — 8,
தேங்காய்த் துருவல் — ½ கப்,
புளி — கொட்டைப் பாக்கு அளவு,
வெ. உ. பருப்பு — 1 தேக்கரண்டி,
பெருங்காயம் — சிறிதளவு,
உப்பு — தேவைக்கேற்றவாறு.
குழம்பிற்குத் தாளிக்கும் கருவடகம் — 1 தேக்கரண்டி,
கருவேப்பிலை — 1 கொத்து

செய்முறை:

முருங்கைக்காயைத் துண்டுகளாக நறுக்கி அவித்து அதனுள் இருக்கும் சதைப் பற்றை எடுத்துக் கொள்ளவும்.

நெல்லிக்காயை அவித்துக்கொட்டைகளை நீக்கிவிடவும்.

மிளகாய் வற்றல், தேங்காய்த் துருவல், வெ. உ. பருப்பு, பெருங்காயம் இவைகளை வறுத்துக் கொள்ளவும்.

மேற்கூறியவைகளை அம்மியிலோ, மிக்ஸியிலோ கெட்டியாக அரைக்கவும். மிகவும் நைசாக அரைக்காமல் சிறிது கரகரப்பாக இருக்கும்போதே கருவடகத்தையும், கருவேப்பிலையையும்தாளித்துச் சமையலுடன் சேர்த்து லேசாக அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

தேவையானால் வாணலியில் ந. எண்ணெய் 2 தேக்கரண்டி விட்டுக் காய்ந்ததும் துவையலை ப் போட்டுச் சிறிது வதக்கி எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

— ஜி. லலிதா, திருக்கோவிலூர்.

ஆறுதல் பரிசு:

பரங்கிக்காய்த் துவையல்

தேவையான பொருட்கள்:

முற்றிய பரங்கிக்காய் — 6 துண்டங்கள்,

இல்லத்தரசி



சியாமளா



சாந்தி



தனபாக்கியம்



லலிதா



விஜயா

கொத்துமல்லி — ஒரு பெரிய கட்டு.
வற்றல் மிளகாய் — ருசிக்கேற்றவாறு.
(1 துண்டத்திற்கு 3 மிளகாய் தேவை. அவரவர்களுக்கேற்ற காரத்திற்கேற்ப மிளகாய் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.)
உளுத்தம்பருப்பு, பெருங்காயம், புளி, உப்பு, தேங்காய் எண்ணெய், கடுகு) — தேவையான அளவு.

செய்முறை:

பரங்கிக்காய்த்துண்டங்களைத் தோல் சீவி, பொடிப் பொடியாய் நறுக்கிக் கொள்ளவும். பின் அத்துண்டங்களை எண்ணெயில் வதக்கிக் கொள்ளவும். சுண்டைக்காய் அளவு பெருங்காயத்தை எண்ணெயில் நன்கு பொரித்தெடுத்துக் கொண்டு, அந்த எண்ணெயில் கடுகு போட்டு, மிளகாய் வற்றல், உளுத்தம்பருப்பு முதலியவற்றைப் போட்டு நன்கு பொரித்தெடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு எண்ணெயில் வதக்கிய பரங்கிக்காய் துண்டங்களுடன் அளவான உப்பு, புளி சேர்த்து, அதனுடன் மிளகாய் வற்றல், ஆய்ந்து வைத்த கொத்துமல்லி தழைகளைப் போட்டு, நன்றாக அரைக்கவும். நன்கு அரைத்து எடுக்கும் நேரத்தில் தாளித்து வைத்துள்ள பெருங்காயம், உளுத்தம்பருப்பு, கடுகு முதலியவற்றைப் போட்டு 4 சுற்றுச் சுற்றி எடுத்துவிடவும். இதைநைஸாக அரைக்கக் கூடாது.

யாவரும் பரங்கிக்காயின் உள்ளே உள்ள குடலையைத்தான் துவையல் அரைப்பார்கள். அதுவும் முழு பரங்கிக்காயாக இருந்தால் தான் கணிசமான அளவு துவையல் கிடைக்கும். மேலும் அது நீர்த்தும் போய்விடும். ஆனால் இத்துவையலோ கெட்டியாகவும் இருக்கும்.

— எஸ். சாந்தி, மயிலாடுதுறை.

ஆறுதல் பரிசு:
பௌஷ்டிகத் துவையல்

தேவையான பொருட்கள்:

உளுத்தம் பருப்பு — 4 டேபிள் ஸ்பூன்,
கடலைப் பருப்பு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
துவரம்பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
முளை கட்டிய கொத்துக்கடலை — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
முட்டைகோஸ் — 100 கிராம்,
தக்காளி — 4,
கத்தரிக்காய் — 1,
வெங்காயம் — 2,
கேரட் — 2,
புளி — எலுமிச்சங்காய் அளவு,
பெருங்காயம் — சிறு துண்டு,
மிளகாய் (உலர்ந்தது) — 6,
ரீபைண்ட் ஆயில் — 4 டேபிள்ஸ்பூன்,
உப்பு — தேவைக்கேற்ப,

செய்முறை:

முட்டைகோஸ், கத்தரிக்காய், வெங்காயம், கேரட் இவைகளைப் பொடியாக நறுக்கி, வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுக் காய்ந்ததும், நறுக்கிய காய்கறிகளைப் போட்டு வதக்கவும். சிறிது வதங்கிய பிறகு நறுக்கிய தக்காளித் துண்டுகளையும் சேர்த்து இன்னும் சிறிது நேரம் வதக்கி எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுக் காய்ந்ததும் பெருங்காயம், மிளகாய், உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப்பருப்பு, துவரம்பருப்பு இவைகளை வறுத்தெடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

புளி, வதக்கிய காய்கறிகள், வறுத்தபருப்பு முளைகட்டிய கடலை, உப்பு முதலியவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்து அரைத்தெடுக்கவும்.

— சியாமளா தியாகராஜன், புதுதில்லி.





ஸ்ரீ மயூராவின்
மகிழ்ச்சி நிறைந்த புத்தாண்டு
பொங்கல் வாழ்த்துக்கள்
மனதை அள்ளும் மங்களகரமான சேலைகள், ப்ளவுஸ் துணிகள், சுரிதார் வகைகள், சூட்டிங்ஸ், ஷர்ட்டிங்ஸ் மற்றும் இதர துணிகள் உங்களுக்கெனவே கண்கவர் வண்ணங்களில் புகழ்மிக்க மில்களிலிருந்து வந்துள்ளன.
— புத்தம் புது டிசைன்கள்
— எண்ணிலடங்கா ரகங்கள்
— மலர்ந்த சேவையுடன்
— நயமான விலையில்
குடும்பத்தில் அனைவருக்கும் தேவையான எல்லா ஜவுளிகளையும் தேர்ந்தெடுக்க ஒரே இடம் "ஸ்ரீமயூரா"
டெய்லரிங் வசதியும் உண்டு.
10% வரை
பொங்கல் சிறப்புத்தள்ளுபடி
ஸ்ரீ மயூரா ஷாப்பிங் காம்ப்ளெக்ஸ்
ஏர்கண்டிஷண்ட் - டெக்ஸ்டைல்ஸ் அண்டு பேன்சி குட்ஸ்
82, அண்ணா சாலை, (மவுண்ட் ரோடு புகாரி அருகில்)
சென்னை-6000 02 போன்: 840334.
ஞாயிறு விற்பனை உண்டு

கோடுகள் கோலமாவதில்லை

12

ஞாயிற்றுக்கிழமை. காலை பலகாரத்துக்குப் பின் ஓய்வாக அமர்ந்து பேப்பரை புரட்டிக் கொண்டிருக்கிறாள் காதம்பரி. ஸ்நானம் செய்து ஆறவிட்ட கூந்தல் முதுகை மறைத்துக்கொண்டு புரளுகிறது. எந்தசெய்தியிலும் மனம் பதியாமல் வெறுமனே பக்கங்களை மாற்றி மாற்றி புரட்டிக் கொண்டிருக்கையில் —

ஆயா வருகிறாள்.

அவளை முந்திக்கொண்டு செண்பகபூவின் வாசனை வருகிறது. டபராவைப் போல மணியில் செய்த சின்னக் கூடையில் பத்து பன்னிரண்டு உதிரி மலர்கள். இள மஞ்சள் நிறத்தில் புத்தம்புதுபூக்கள். கூடையைவாங்கி ஒரு மலரை பொறுக்கி முகர்ந்து பார்க்கிறாள்.

''மரி கொண்டாந்துச்சும்மா....'' மரி விமலா வீட்டு ஆள்.

அவன் தலை எட்டிப் பார்க்கிறது.

''அம்மா பர ஹேளிதரு.....''

விமலா வரச் சொன்னாளா....

தலைமயிரைத் தொட்டுப் பார்த்துக்கொள்கிறாள். ஈரம் காய்ந்திருக்கவில்லை. ஞாயிற்றுக்கிழமைதானே யென்று அசிரத்தையான தோற்றம். வெளியே போக மூட் இல்லை.

கேள்வி கேட்கும் விதமாய் விரல்களை மடக்கி கையை ஆட்டி, 'என்ன விஷயம்?' என்று கேட்கிறாள்.

''ஏனு கொத்தில்லா.....''

''அப்புறமா அப்புறமா.....'' மறுபடியும் கையை ஆட்டி அவனுக்கு சொல்ல முயல்கையில் சின்ன வயதில் கொஞ்சமாவது நாட்டியம் கற்றுக் கொள்ளாமல் போனோமே யென்று இருக்கிறது.

அவன் சிரிக்கிறான்.

''என்ன அர்ஜன்டா....?''

''அர்ஜன்டு ஏனு இல்லா.....''

''சரி சரி, நீ போ. ஹோகு....''

ஆயா வாயிற்படிக்கு அந்தண்டை நின்று கமுக்கமாய் சிரிக்க,

''எதிரே வந்துதான் தைரியமா சிரியேன். என்னத்துக்கு அப்படி மறைவா.....''

''இல்லீங்கம்மா....''

''பரவாயில்லை சரி. இதுக்கெல்லாம் பார்த்தா எதையும் கத்துக்க முடியாது. இப்படி சிரிக்கிறவ தினம் ஒரு அரை மணி உட்கார்ந்து எனக்குக் கன்னடம் கத்து தரதுக்கென்ன. சும்மா சிரிச்சா ஆச்சா....''

உள்ளே போய் மின் விசிறியை முழு வேகத்தில் சுழல விட்டு, தலையை காய வைத்து கோதிக் கொள்கையில்,

வாசல் கேட்டு சப்திக்கிறது.

ஆயா எட்டிப் பார்த்துவிட்டு, ''ஐயா ஒருத்தரு வந்திருக்காரு.....''

''ஐயான்னா.....? யாருன்னு போய் கேளேன்.''

''மே ஐ கமின்'' என்று அவனே கூடத்தில் எட்டிப் பார்க்கிறான்.

பிரபு!

''ஓ ஹலோ!''

குனிந்துப் பார்த்துக் கொள்கிறாள்.

இப்படி சீரில்லாதத் தோற்றத்தில் தென்பட்டு விட்டோமேயென்று கொஞ்சம் சங்கடமாய்த்தான் இருக்கிறது.

''பரவாயில்லை. இப்படி பார்த்தா கூட நன்னாத்தான் இருக்கீங்க.''

....

''உங்களைப் போல நான் சைக்கியாட்ரிஸ்ட் இல்லை, மனசுக்குள்ளே தேடி என்ன இருக்குன்னு கண்டு பிடிச்சுக்க....''

''இல்லாமலேயே இவ்வளவு தூரத்துக்கு இருக்கு. இன்னும் சைக்கியாட்ரிஸ்டா வேற இருந்துட்டிங்க, கேக்கவே வேணும். உள்ளே வாங்களேன், வந்து உட்காருங்க.''

''எங்கே கூப்பிடாமலே இருந்துடுவீங்களோன்னு பயந்தேன். நல்லவேளை வான்னுட்டீங்க.....'' என்று தன் புன்னகையை வீசியவாறே உள்ளே நாற்காலியில் அமருகிறான் பிரபு.

''என்ன செஞ்சுகிட்டிருந்தீங்க....'' என்றவாறே பேப்பரை கையிலெடுத்தவன், ''அதான் பார்த்தேனே, கூந்தலை கோதிகிட்டு, ஏதோ கோவில் சிற்பம் போல போஸ் கொடுத்திட்டிருந்தீங்க.... முறைக்காதீங்க'' சிரிக்கிறான்.

எமகாதகனாயிருப்பான் போலிருக்கிறதே...

காதம்பரி பேசாமலிருக்கிறாள்.

''சில்பம்னு சொன்னதுக்காக அப்படியே கம்முனு இருக்கணுமான்ன.....''

''உங்கக் கூட ரொம்ப கஷ்டம் மிஸ்டர் பிரபு....'' விமலா கூப்பிட்டனுப்பியபோதே போயிருக்கலாமேயென்றுத் தோன்றுகிறது.

குறளி சொன்னது போல அவன் சொல்லு கிறானே.

''என்னடா, திடுதி ப்புனு சொல்லாம கொள்ளாம வந்து இந்த ஆள் போராடிக்கிறானேன்னு இருக்கா. விமலா சொல்லியனுப்பினபோதே வந்திருக்கலாமில்லேயா....?''

''அதுக்குதான் ரெடியாகிண்டு.....''

காதம்பரியை ஒரு கணம் உற்றுப் பார்க்கிறான். கா....தம்....பரி.... அவன் பெயரை மெள்ள நிறுத்தி மெதுவாக உச்சரிக்கிறான். ''என்னால என்னவோ இந்த பேரை மறக்கவே முடியல்லே. வேறே யாருக்கும் இந்தப் பேரை நான் கேட்டதுமில்லே. யாராவது காவிய நாயகியோட பேரா இது....''

உள்ளுக்குள் சற்று திகைத்துப் போகிறாள் காதம்பரி.

''எப்படி இந்த பேரை செலக்ட் பண்ணி உங்களுக்கு வைக்கணும்னு தோணித்து. எனக்கு லிடரேச்சர்லே அதிகம் பரிச்சயமில்லே. ஆனா ஒண்ணு நிச்சயம். உங்ககிட்ட ஒரு காவியத்தோட நயம் இருக்கு.....''

காதம்பரியின் திகைப்பு அதிகமாகிறது. இப்படியெல்லாம் அவளிடம் யாரும் பேசியதேயில்லே.

''என்ன பிரபு. காதம்பரிகிட்ட பேசியாச்சா....'' என்று கேட்டுக் கொண்டே வருகிறாள் விமலா. ''ஹாய், காதம்பரி.....''

''பேசாம? என் பேச்சைக் கேட்டு அவங்க திகைச்சுப் போயிருக்கிறதைப் பாரு. உங்க பேரே இவ்வளவு அழகாயிருக்கேன்னு...''

''பேரு மட்டுந்தானா அழகு.....''.

''தாயே, நீ சொல்றதையெல்லாம் நான் சொல்லிட முடியுமா.. பேருக்கு காம்ப்ளிமெண்ட் பண்ணதுக்கே அவ்வளவு சங்கடப் பட்டு போயிட்டாங்க உங்க டாக்டர்.''

''போறும், போறும்.''

''நிஜமாதான். எப்படி திகைச்சுப் போயிட்டாங்க தெரியுமோ.... ஸைக்கியாட்ரிஸ்ட் இல்லேயா, இப்படியெல்லாம் ஒருத்தன் புகழ்ந்தானால் உள் நோக்கம் என்னவாயிருக்கும்னு அதை யோசிக்கவே ஆரம்பிச்சுட்டாங்க.''

இதற்கெல்லாம் என்ன சொல்வதென்றே தெரியாமல், காதம்பரி ஒரு சங்கடத்தில்—சங்கோஜம், பிரமிப்பு, சந்தோஷம் எல்லாம் கலந்த உணர்ச்சியில் ஆழ்ந்திருக்க, விமலா கலகலவென்று சிரிக்கிறாள்.

''பிரபு! பேசாம நீங்களே ஸைக்கியாட்ரிஸ்டா ஆகியிருக்கலாம். இப்படி பிஸினஸ் பிஸினஸ்னு பறக்காம இருந்திருக்கலாம். காதம்பரியை கன்ஸல்ட் பண்ணணும்னிங்களே, பண்ணினிங்களா இல்லேயா....''

காதம்பரியின் புருவங்கள் உயருகின்றன. வெளிச்சம் போட்டாற் போல் சிரிக்கும் இவ

கோமளா வரதன்



ருக்கு என்ன ப்ராப்ளம் இருக்க முடியும்? சிரித்த மனதிருப்பவர்களுக்கு சிக்கலே விழாதே....

'என்ன' என்பது போல் அவனைப் பார்க்கிறாள்.

''அப்படிப் பார்க்கர்திங்க, எனக்கொண்ணுமில்லே.....''

''உங்களுக்கு எப்படி இருக்க முடியும்? நீங்கதான் பாக்கிப் பேருக்கு ப்ராப்ளம் உண்டாக்கினவராச்சே. கேளுங்க காதம்பரி, ஒரு மூணு நாலு வருஷம் முன்னாடி வரை, இந்த ஆளுக்கு என்ன டிமாண்ட் தெரியுமா? என்ன காரணமோ, யாருக்கும் பிடி கொடுத்தே பேசமாட்டார். பாவம், எத்தனை பொண்ணுங்க ஏங்கினாங்களோ, மனசு உடைஞ்சு போனாங்களோ.... ஒரு பொண்ணு, பேரென்ன..... மறந்து போச்சே..... ம்.... இவரைத்தான் பண்ணிப்பேன்னு, ஒத்தக் கால்ல நின்னுது. அவங்கப்பா எங்க வீட்டுக்கெல்லாம் அலையா அலைஞ்சாரு, கொஞ்சம் சொல்லுங்க, கொஞ்சம் சொல்லுங்கன்னு. யாராவது சொல்லி கேக்கற ஜாதகமா இருந்தாத்தானே. அந்த பொண்ணு அப்புறம் ரொம்ப நாள் கல்யாணமே பண்ணிக்காம, இவர் மனசு மாற மாட்டாரான்னு அடம் பிடிச்சு காத்துகிட்டு இருந்தது.....

இருந்திருக்கும் என்று தோன்றுகிறது காதம்பரிக்கு. இப்போதே இவ்வளவு துடிப்பு, மலர்ச்சி. இன்னும் இள வயதில்......

''யாருக்காக கன்ஸல்ட் பண்ணனும்.''

''பார்த்தியா விமலா, டாக்டர் ரொம்ப பிஸினஸ் லைக். நம்ம மாதிரி வெட்டிப் பேச்சு, கேலி இதெல்லாம் கிடையாது. நாம கூட இனிமே சீரியஸா இருக்கறதுக்குக் கத்துக்கணும்....''

''நீங்களா, சீரியஸா..... நடக்கிற கதையா பேசுங்க.''

''சரி, வந்த விஷயத்தைப் பேசலாம். இல்லாத போனா எனக்கு இனிமே நோ என்ட்ரி போர்ட் மாட்டிடுவாங்க டாக்டரம்மா. என்னோட ஃப்ரெண்ட் சாரதான்னு ஒரு பெண். உறவுன்னு நெருங்கின உறவு கிடையாது. அவ அப்பா சின்ன வயசிலே போயிட்டதிலேருந்து அவளும் அம்மாவும் எங்கக் கூடத் தான் இருந்துண்டிருக்காங்கன்னு சொல்லலாம். பக்கத்தில பத்து மைல்ல சொந்தக் கிராமம். முக்கால்வாசிபோது இங்கதான். போன வருஷம் அவளுக்கு கல்யாணம் பண்ணினாங்க. ரெண்டு மாசம் முன்னாடி, திடுதிப்புனு வந்து நிக்கறா. என்னன்னே தெரியல்லே. ஒண்ணும் பேசமாட்டேங்கறா. அவங்கம்மாகிட்டயும் சொல்றதில்லே. எங்க வீட்டுக்கும் முன்னேயாட்டம் சகஜமா வரதில்லே. புருஷனைக் கேட்டா அவனுக்கே ஒண்ணும் புரியல்லே. ஒரு தகராறும் இல்லேங்கறான். அத்தை ஒரேயடியா அரண்டு போயி நிக்கறதைப் பார்த்தா.....''

''டாக்டர் கிருபாகரன் கிட்ட காட்டியிருக்கலாமே....''

''ஏன், நீங்க பார்க்க மாட்டீங்களா?''

''ஐயோ அப்படியா அர்த்தம். அவர் ஏற்கெனவே தெரிஞ்சவர், ரொம்ப வேண்டியவராச்சேன்னு சொன்னேன். கிளாஸுக்கு ஒரு நடை அழைச்சுண்டு வந்தா பார்த்துச் சொல்லலாம். ட்ரீட்மெண்ட்டெல்லாம் பத்தி கூட அப்புறந்தான் டிசைட் பண்ண முடியும்....''

''உங்களுக்கு ஒண்ணும் தொந்திரவு இல்லையே.... எப்போ சௌகரியம்னு சொன்னால் அழைச்சிண்டு வரேன்.....''

''நாளைக்கு? வேண்டாம், நாளன்னிக்கு.... டியூஸ்டே தானே, அன்னிக்கு அழைச்சுண்டு வரமுடியுமா.....''

''ஓ. எஸ். நான் கிட்ட இருந்து பார்க்கலாமா....''

''பாத்து?''

''ஒண்ணுமில்லே, இப்போ கொஞ்ச நாழிக்குள்ளே நீங்க ரெண்டு பேரும் மாறி மாறி என்னை ஸைக்கியாட்ரிஸ்டா இருந்திருக்கலாமேன்னு சொன்னீங்க. படிக்கத்

இட்லி மீந்துவிட்டால், நீளமாக வெட்டி எண்ணெயில் பொரித்தெடுத்து, சீனி, சேர்த்துப் பாலில் போட்டு குழந்தைகளுக்குக் கொடுங்கள். விரும்பி உண்பார்கள். வித்தியாசமானடிபனாகவுமிருக்கும்.



சாதம் மீந்து விட்டால், விறைக்காமல் பிழிந்தெடுத்து, வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டுப் பட்டை மிளகாய் ஒன்று கிள்ளிப் போட்டு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம் தாளித்துச் சாதத்தை அதில் கொட்டிக்கிளறி, அதனுடன் சிறிது மிளகு, சீரகம் பொடி பண்ணிச் சேர்த்து இறக்கவும். உப்புமா மாதிரியிருக்கும், வித்தியாசமான ருசியுடன்.

— வேதநாயகி.



நாய்க்குச் சீமந்தம்!

நான் பெங்களூரிலிருந்து அல்சேஷியன் (German Shepherd) நாய்க்குட்டியைக் கொண்டு வந்தேன். அவள் இரண்டு மாதக் குட்டியாக இருக்கும்போதே படு சுட்டியாக இருப்பாள். இவள் செய்யும் சேஷ்டைகளைப் பார்த்து எங்கள் வீட்டுக்கு வருபவர்களும் நாங்களும் மகிழ்ந்தோம். இவளை நாங்கள் ஒரு நாயாக வளர்க்காமல் எங்கள் வீட்டைச் சார்ந்த நபராக வளர்த்து வந்தோம்.

இவ்வாறு வாரங்கள் மாதங்கள் வருடங்கள் பல கழிந்தன. இவளுக்குப் பிடித்தமான உணவு இறைச்சி, பால், முட்டை, கப் ஐஸ் முதலியவை. இவளும் என் நண்பர் வீட்டு சீசர் என்ற ஆண் நாயும் பழகின. இவள் கருவுற்றாள். நாய்கள் கருவுற்ற 60 நாட்களில் குட்டியை ஈன்று விடும். எங்கள் மினிக்கு ஒரு மாதமானதும் என் நண்பர்கள் உங்கள் மினிக்கு சீமந்தம் செய்யவில்லையா? என்று கேட்டார்கள். நான் 'செய்தால் என்ன?' என்று நினைத்தேன். மினிக்கு விழா செய்ய நினைத்தபோது சில நண்பர்கள் நகைக்க, சில நண்பர்கள் உற்சாக மூட்டினார்கள். மினிக்கு சீமந்தம் அமர்க்களமாகக் கொண்டாடப்பட்டது. இந்த அளவுக்கு நாங்கள் அன்பும் பாசமும் வைத்திருந்த மினி 4.9.85 அன்று எங்களை விட்டு மரணமடைந்தாள் இவள் எங்களை விட்டு மறைந்தாலும், இவள் எங்கள் மீது வைத்திருந்த அன்பை எங்களால் மறக்க முடியாது.

— தாம்பரம் செந்தில்.

தான் இல்லே, ப்ராக்டிகலாவாவது கொஞ்சம் தெரிஞ்சுக்கலாமேனு...."

"வேண்டாம், வேண்டாம், அந்த மாதிரி போட்டியை விகாஸ் தாங்காது...." என்று சிரித்துக்கொண்டே எழுந்து "காபி கொண்டு வரேன்" என்று உள்ளே போகிறாள் காதம்பரி.

"டாக்டருக்கெல்லாம் சிரிஞ்ச்தான் பாய்ல் பண்ணத் தெரிஞ்சிருக்கும்னு நினைச்சேன். காப்பி போடக் கூடத் தெரியுமா....?"

"நீங்களும் காதம்பரியும் ஆப்போஸிட் நேர் மாதிரி. அவங்ககிட்ட நாலு தரம் நாம பேசினா ஒருதரந்தான் பதில் சொல்லுவாங்க."

"நான் வாயாடிங்கறீங்க. இந்த வாயிருக்கோ, நான் பிழைச்சிருக்கேனுக்கும். இல்லேன்னா பிஸினஸ்லே இப்படி கொடி கட்டிப் பறக்க முடியுமா. அதுவும் இந்த காலத்திலே நியாயங்கறது கொஞ்சங்கூட இல்லாம போயிட்டப்ப."

"சரி, சரி நாம கிளம்பலாம். ராஜப்பா காத்திண்டிருப்பாரு. மெட்ராஸ் காப்பி, ஏ.ஒன்."

"இருக்கட்டுமே, வருஷத்திலே முன்னூறு நாள் உங்களை காக்க வெச்சுட்டு அவர் டூர் போயிடறாரே. இருந்தாலும் நாம போகலாம். கல்தா கொடுக்கிற வரையிலே இருக்க வேணும். அடுத்த தரம் காப்பி வேணும்னா நேரே இங்கே வந்துடறேன். வரலாமோல்லியோ."

"ட்யூஸ்டே விகாஸ்லே பார்க்கலாம்."

"வீட்டுக்கு வந்துடாதேங்கறீங்க, நோடட்" அவர்கள் போனபின்னும் நினைத்து சிரிக்காமல் இருக்க முடியவில்லை காதம்பரியால்.

ஏயப்பா! இவனிடம் ரொம்ப ஜாக்கிரதையாய் இருக்கணும். மாட்டிண்டா போச்சு. ஆமாம், அதென்ன பெயரை மறக்கவே முடியவில்லை என்றெல்லாம் சொன்னான். விமலாவும் விகல்பமாய் எடுத்துக்கொள்ளாமல் சகஜமாய் சிரித்தாளே. மற்ற குடும்பங்களிலெல்லாம் இது சாதாரணமோ, ஒருவரையொருவர் பாராட்டிக் கொள்வதும், மெச்சுவதும், அவள் வளர்ந்த சூழ்நிலையில் அவளுக்குத் தெரியாமலே போய்விட்டதோ. சாப்பிடுகையில், மத்தியானம் பூனைத் தூக்கத்தில் மாலே ரேடியோ சிலோன் கேட்கும்போதெல்லாம்கூட அது மனதில் ஒலித்துக் கொண்டே இருக்கிறது. உங்ககிட்டே ஒரு காவியத்தோட நயம் இருக்கு..... நயம் இருக்கு.

தாத்தாவுக்கப்புறம் இவன் சொல்கிறான். ஏயப்பா.....! இவனிடம் ஜாக்கிரதையாகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

(தொடரும்)

குழந்தை வளர்ப்பில் இயற்கை மருத்துவம்



தற்போது தனிக்குடித் தனங்கள் பெருகி விட்டதனால், அனுபவம் மிகுந்த பெரியவர்கள் வீட்டில் இல்லாத காரணத்தால் இளந் தாய்மார்கள் எது ஒன்று என்றாலும் பச்சிளங் குழந்தைகளை டாக்டரிடம் அழைத்துக் கொண்டு ஓடுவது இயல்பாகி விட்டது. அதிகப்படியான மருந்துகள் பின் விளைவுகள் ஏற்படுத்தி குழந்தைகளின் ஆரோக்கியத்தையும் இயற்கையான வளர்ச்சியையும் பாதிக்கிறது.

கூடுமான வரை ஓரிரு நாட்கள் நாம் சமாளித்து, முடியாத பட்சத்திலோ, ஆரம்பமே வியாதி ,அதிகப்படியான பாதிப்பை ஏற்படுத்தினாலோ டாக்டரிடம் போகலாம். நான் அனுபவபூர்வமாகக் கண்டதை வைத்தியத்தில் இயற்கையின் போக்காகப் பிள்ளைகளை வளர்த்ததனால் பயன் அடைந்த காரணத்தினால் வாசக சகோதரிகளும் பின்பற்றட்டும் என்று இதை எழுதுகிறேன்.

1. காலையில் குழந்தை கண் விழித்தவுடன், நல்ல அக்மார்க் தேனை வாங்கி வைத்துக் கொண்டு, ஒரு சொட்டு நாக்கில் தடவவும். தேன் உடல் வளர்ச்சிக்கு அற்புதமான இயற்கை அளித்த வரப்பிரசாதம். வசம்பு போடுவதனால் நாக்கு தடித்து பேச்சு வராமல் இருக்காது. நாக்கு பிறண்டு சீக்கிரம் பேச்சு வரும்.

2. இரவில் விளக்கேற்றியவுடன் தினமும் சுட்ட வசம்பை கல்லில் உரைத்து ஒரு சங்குக் குடிக்கக் கொடுத்து, சிறிது தொப்புளைச் சுற்றித் தடவி, வெற்றிலையில் சிறிது எண்ணெய் தடவி விளக்கில் காட்டி வாட்டி, பொறுக்கும் சூட்டில் தொப்புள் மேல் போட்டால் அசுத்த காற்றெல்லாம் வெளியேறி வயிறு உப்புசம் இல்லாமல் இருக்கும்.

3. நாட்டு மருந்துக் கடையில் மாசிக்காய் என்று கிடைக்கும். அதை வாங்கி அரிசி உலையில் போடும் போது போட்டு வடிக்கும் போது எடுத்து விட்டால் வெந்திருக்கும். அதை உலர்த்தி எடுத்து வைத்துக் கொண்டால் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் போது இரண்டு உரை உரைத்து, நாக்கில் தடவி வழித்தால், நாக்கில் உள்ள மாவு அகன்று குழந்தை ருசித்துப் பால் சாப்பிடும்.

4. சில குழந்தைகள் குடல் கொழுத்து, அடிக்கடி வாந்தி எடுக்கும். அதற்கு வேப்பசர்க்கு துளி, அரை மிளகு, ஒரு சீரகம், ஒரு ஓமம், ஒரு பல் பூண்டு இவற்றை அம்மியில் தட்டி துளி வெந்நீர் விட்டு பிழிந்து, வடிகட்டி ஊற்றினால் வாந்தி கப்பென்று நின்று விடும்.

5. அடிக்கடி வெளிக்குப் போனால் சுடாத வசம்பை இரண்டு உரை உரைத்து ஊற்றினால் வெளிக்குப் போவது நின்று விடும்.

6. குழந்தை தினமும் இரண்டு, மூன்று முறை மலம் கழிக்க வேண்டும். இல்லாமல் கஷ்டப்பட்டால், விதையில்லாத உதிர்ந்த திராட்சைப் பழங்கள் நான்கை வெந்நீரில் ஊற வைத்துக் கசக்கிப் புகட்டினால் ஒரு மணி நேரத்திற்கெல்லாம் வெளிக்குப் போய் விடும்.

7. குழந்தைக்கு தலைக்கு ஊற்றியவுடன் சாம்பிராணியையும், கஸ்தூரி மஞ்சள் தூளையும் கலந்து புகைக் காட்ட வேண்டும். மருந்து கடைகளில் கஸ்தூரி மாத்திரை என்று கிடைக்கும். தலைக்கு ஊற்றியவுடன் அதை கால் மாத்திரை தாய்ப்பாலில் கரைத்துப் புகட்டினால் சளியேப் பிடிக்காது. மாதம் ஏற ஏற மாத்திரை அளவைக் கால் காலாகக் கூட்டிக் கொள்ளலாம். மூன்று மாதத்திற்கு ஒரு முறை.

8. குழந்தைகளுக்கு பேதிக்கு கொடுப்பது, எண்ணெய் தேய்ப்பது, காதில், மூக்கில், எண்ணெய் விடுவது எல்லாம் மிகவும் ஆபத்தான விஷயம்.

9. குழந்தைக்கு சளிப் பிடித்து இருந்தால் விக்ஸ் போன்றவற்றைத் தேய்ப்பது கூடாது. பிஞ்சு சருமம் தாங்காது. தேங்காய் எண்ணெயையும் கற்பூரத்தையும் காய்ச்சி பொறுக்கும் சூட்டில் சிறிது தடவினாலே நல்ல குணம் தெரியும்.

10. தினமும் காலையும் மாலையும் இரண்டிரண்டு சங்கு சூடாக்கி ஆற வைத்த நீரைக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்து வர வேண்டும்.

11. குழந்தை மலம் கழிக்கவில்லை என்பதற்காக மலங்கழிய உள்ளுக்கு மருந்து கொடுப்பது ஆபத்தான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும். ஆசன வாயில் வெற்றிலைக் காம்போ, சோப்போ வைத்தாலே அவற்றிற்கு உந்துதல் ஏற்பட்டு மலம் கழிந்துவிடும்.

12. குழந்தையைக் குளிப்பாட்டாத நாட்களில் வெந்நீரில் யுடிகோலோன் கலந்து, துடைத்து பவுடர் போட்டுச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கிரிஜா மகாதேவன்

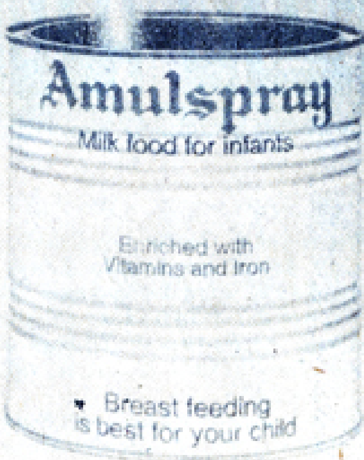


குழந்தைகளுக்கான

அமுல்ஸ்ப்ரே

பாலுணவு இப்போது நருவிசான புதிய டிசைனிலே வருகிறது*

ஸ்ப்ரே-ட்ரை செய்முறைப்படி தயாரிக்கப்பட்டு, வைட்டமின்களும் இரும்புச் சத்தும் சேர்த்து வளமூட்டப்பட்ட அமுல்ஸ்ப்ரே, இந்தியாவில் எங்குமுள்ள தாய்மார்களால் மிகவும் விரும்பப்படும் குழந்தைப் பாலுணவு—உங்கள் குழந்தைக்கு அமுல்ஸ்ப்ரே துவங்கு முன்பாக உங்கள் டாக்டரிடமோ அல்லது ஆரோக்கிய நலம் காக்கும் ஊழியரிடமோ ஆலோசனை கேட்டுப் பெறுங்கள். மறவாதீர்கள், உங்கள் பாப்பாவின் உடல் நலம் கெடாதிருக்க, டின் மீதுள்ள வழிமுறைக் குறிப்புகளைக் கவனமாகப் பின்பற்றுங்கள்.



அமுல்ஸ்ப்ரே

குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் தான் சிறந்தது.

* அரசாங்க விதிமுறைகளின்படி, டின் மீதிருந்து பாப்பாவின் படம் அகற்றப்பட்டு, வழிமுறைக் குறிப்புகளில் இதர மாற்றங்களும் செய்யப்பட்டுள்ளன.

விநியோகஸ்தர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங் பெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத் மாநிலம்.

OPERATION FLOOD

ASP/AS-8F/85 Tam



பி.டி. உஷா

கல்லூரியில் பி. காம். மூன்றும் ஆண்டு பயில்கிறார். 1985 ம் ஆண்டு இவருக்கு அர்ஜுனா விருது கிடைத்திருக்கிறது. ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் இந்தியக் குழுவின் காப்டன் இவர்தான்.

1983 ம் ஆண்டு ஜூனியர் ஆசிய நீச்சல் போட்டியில் அனிதா ஸூட்டுக்கு வெள்ளிப் பதக்கம் கிடைத்தது.

"உங்கள் எதிர்காலக் குறிக்கோள் பற்றிச் சொல்கிறீர்களா?"

"1985 டோக்கியோவில் நடைபெற்ற பான் பஸிபிக் நீச்சல் போட்டியில் நான் கலந்து கொண்டிருக்க இயலாமல் போயிற்று. சர்வதேசப் போட்டிகளில் கலந்து கொண்டால்தான் பிற தேசநாடுகளின் நீச்சல் கலை முன்னேற்றங்களைக் கண்டறிய முடியும்.

"எனக்குப் பண உதவி கிடைத்தால், இங்கிலாந்திலுள்ள ஆங்கிலக் கால்வாயை நீச்சலடித்துக் கடக்கச் செல்வேன்!" என்றார்.

ஜவஹர்லால் நேரு ஸ்டேடியம். பெண்களுக்கான ஓட்டப் பந்தயம் தொடங்கவிருந்தது. அந்தச் சமயத்தில் பரபரப்புடன் ஷைனியே ஆபிரகாமைத் தேடிக் கொண்டிருந்தார்கள்!

தாம் ஓட வேண்டிய நிகழ்ச்சி இன்னும் ஒரு மணி நேரத்துக்குப் பிறகுதான் என்று நினைத்து ஷைனி ஆபிரகாம் தனக்கென ஒதுக்கப்பட்ட அறையில் தூங்கிக் கொண்டிருந்தார். பிறகு அவசர அவசரமாக அவரை எழுப்பி அழைத்துக் கொண்டு சென்றார்கள். கடைசி நிமிடத்தில் வந்து 800 மீட்டர் ஓட்டப் பந்தயத்தில் தங்கப் பதக்கத்தைத் தட்டிச் சென்றார்.

ஷைனி ஆபிரகாம் திருவனந்தபுரத்தில் இந்திய உணவு கார்ப்பரேஷனில் பணிபுரிகிறார்.

இவர் 1979 ம் ஆண்டில் ஹைதராபாத்தில்தான் முதன் முதலில் தேசீய விளையாட்டுப் போட்டியில் பங்கேற்றார். அடுத்ததாகவே ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் ஐந்தாவது இடத்தைப் பெற்று விட்டார். லாஸ் ஏஞ்செல்ஸ் ஒலிம்பிக்குக்குச் சென்று, அரை இறுதி வரை வந்த 'முதல் இந்தியப் பெண்மணி' என்ற பெருமைக்கு உயர்ந்தார். 1985 ம் ஆண்டு ஜாகர்தாவில் தங்கப் பதக்கம் சூடினார்.

தேசீய விளையாட்டில்

கடுங்குளிர் வேளை புதுதில்லி டால்கோட்ரா நீச்சல் குளத்தருகே நீச்சல் வீரர்களும், நீச்சல் வீராங்கனைகளும் தங்கள் போட்டிகளில் பங்கேற்கக் காத்திருந்தனர். ஒரு யுவதி காமிராவுடன் வெற்றி பெற்ற கலைஞர்களைப் பாராட்டி, படம் எடுத்துக் கொண்டிருந்தார்.

"இந்தப் பெண் எந்தப் பத்திரிகைக்குப் படம் எடுக்கிறாள்?" என்று வினவினாள் ஒரு வயதான பெண்மணி.

"ஓ! அனிதா ஸூட்டா? அவள் போட்டோகிராபர் இல்லை. மகாராஷ்டிர நீச்சல் நட்சத்திரம்! ஆறு தங்கப் பதக்கங்களைத் தட்டிக் கொண்டு போனவள். வெற்றி பெற்ற கலைஞர்களைப் படம் எடுப்பதில் அவளுக்கு ஆனந்தம்!"

இந்தவித்தியாசமான வீராங்கனை அனிதா ஸூட் பம்பாயில் நான்ஸிமோன்ஜி வர்த்தகக்

''உங்களுக்கும் நீச்சர் வீரர் வில்சன் செரிய னுக்கும் திருமணம் என்று பேச்சு அடிபடு கிறதே?'' என்று கேட்டேன்.

''உண்மைதான்! சியோலில் நடைபெறும் ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் தங்கப் பதக்கம் பெற்ற பிறகுதான் வில்சன் செரிய னுக்கு மலர்மாலை சூட்டுவேன்!'' என்ருர் சிரித்துக் கொண்டே.

கேரளம் பலநல்லஓட்ட வீராங்கனைகளைப் பெற்றிருக்கிறது. தேசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் எம். டி. வலசம்மா நூறு மீட்டர் பெண்களுக்கான தடை களப் போட்டியில் 13.9 செகண்டில் ஒரு தங்கப் பதக்கத்தைச் சூடினர்! கேரளத்துக்கு உஷாவோடு வலசம் மாவும் பல பெருமைகளைக் கொணர்ந்து சேர்க்கிருர். அடக்கம், எப்போதும் மலர்ந்த முகம் வலசம்மாவின் தனிச் சிறப்பு.



வலசம்மா



ஜாஸ்மின்

சில தங்கங்கள்

ஜவஹர்லால் நேரு ஸ்டேடியம். உஷா அவசுமாக ஓடிவந்து மலையாளப் பத்திரிகை நிருபரிடம் கூறிஞர்:

''நான் மத்திய ஸ்போர்ட்ஸ் மினிஸ்டரைச் சந்திச்சு! எனக்குக் 'களி' நடக்கும் ஸ்தலங் களுக்கு 'ப்ரீ'யா விமானப் பயணம் கிட் டிச்சு!'' என்று மகிழ்ச்சியுடன் பறைந்தார் உஷா!

ஜவஹர்லால் நேரு ஸ்டேடியத்தில் மூன்று தங்கப் பதக்கங்களை ஓட்டப் பந்தயத்தில் பெற்ற பி. டி. உஷா இனி விமானத்தி லேயே பறப்பதில் வியப்பில்லை!

ஜிக்லாபாத் துப்பாக்கி சுடும் களத்தில் தமிழகத்துக்குப் பெருமை தேடித் தந்தார்

நன்றி: ஸ்போர்ட்ஸ் ஸ்டார்





அந்தப் பெண்மணி. தமிழகத்துக்குத் தங்கம் பெற்றுத் தந்த ஏ. லலிதா தமிழக தலைமைச் செயலகத்தில் சமூக நல இலாகாவில் செக்ஷன் அதிகாரியாகச் செயலாற்றுகிறார்!

''தாங்கள் துப்பாக்கி சுடும் போட்டியில் ஈடுபடுவதற்குக் காரணம் உண்டா?''

''ஓ! தமது அறுபதாவது வயதிலும் கீதா ராய் துப்பாக்கிச் சுடும் போட்டிகளில் பங்கேற்கிறார். அவரைப் போல எனக்கும் பல ஆண்டுகளாக இந்தப் போட்டிகளில் ஈடுபட ஆசை.''

''தமிழகத்தில் துப்பாக்கி சுடப் பெண்கள் முன்வந்தால் கற்றுத் தருவீர்களா?''

''சென்னையிலுள்ள தமிழகத் துப்பாக்கி சுடும் கிளப்பில் பல பயிற்சியாளர்கள் இருக்கிறார்கள். அவர்கள் கற்றுத்தர ஆயத்தமாயிருக்கிறார்கள்!''

''தலைமைச் செயலகத்தில் பணி புரியும் தங்களுக்குத் துப்பாக்கிச் சுடும் பயிற்சிக்கு நேரமிருக்கிறதா?''

''நான், சனி, ஞாயிறு விடுமுறை தினங்களில்தான் பயிற்சிகளில் ஈடுபட்டு வருகிறேன். துப்பாக்கி சுடும் கலைக்கு இடைவிடாத பயிற்சி தேவை!'' என்றார் ஏ. லலிதா.

தேசிய விளையாட்டுப் போட்டிகளில் யாருக்குச் சாம்பியன் பட்டம் கிடைக்கும் என்பது கடைசி வரை ஸஸ்பென்ஸாக இருந்தது. கடைசி நாளன்று நாலைந்து நீதிபதிகள் அடங்கிய குழு அளித்த தீர்ப்பு சீல் வைக்கப் பட்ட கவர் உடைத்து வழங்கப்பட்டது!

மகாராஷ்டிரத்தைச் சேர்ந்த ஜாஸ்மின் தேசிய விளையாட்டுப் போட்டிகளின் சாம்பியன் விருது பெற்றிருக்கிறார் என்று அறிவித்த போது மகாராஷ்டிரக் குழுவினர் நர்த்தனமாடத் தொடங்கி விட்டனர். அதோடு அவர்களுக்குத்தான் மம் சாம்பியன் விருதும் கிடைத்தது.

யமுனா இந்திரா காந்தி ஸ்டேடியத்திலுள்ள வெலடிரோமில் அத்தனை பார்வையாளர்களையும் தமது சைக்கிள் ஓட்டும் திறமையினால் அசர வைத்தவர் ஜாஸ்மின். நான்கு தங்கப் பதக்கங்களைச் சூடியதோடு தேசிய ரிகார்டையும் முறியடித்தவர் ஜாஸ்மின். இவருக்கு வயது 17. இவரது மூத்த சகோதரி ஆர்மின்னின் ரிகார்டையும் தகர்த்திருக்கிறார் ஜாஸ்மின். இவருக்குத் தங்கக் கோப்பை கிடைத்ததோடு இந்த் — சுஸுகி மோட்டார் சைக்கிளும் பரிசாக வந்தது. சர்வதேச ஒலிம்பிக் கமிட்டி இவரது அரிய சாதனைக்குக் கௌரவமளிக்கப் போகிறதாம்.

தமிழக சைக்கிள் சாம்பியன்களான கருமாரி, கலாமணியிடம் ஜாஸ்மினைப் பற்றி வினவிய போது: ''அடடா! எங்கள் பெண் குலத்துக்கே அணி செய்பவர் ஜாஸ்மின்! அவளது பெயரிலேயே அழகு குடி கொண்டிருக்கிறதே, பார்த்தீர்களா? சர்வதேசப் போட்டிகளில் இவர் இந்தியாவுக்கே பெருமை தேடித் தருவார்!''

பி.எஸ். மணி



நாம் சிலரை வெறுப்பதற்குக் காரணம் அவர்களைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளாததுதான். அவர்களைச் சரியாகப் புரிந்துகொள்ளாததற்குக் காரணம் நாம் அவர்களை வெறுப்பதுதான்.

—ஸ்பானிஷ் பொன்மொழி.

தொகுப்பு: எஸ். விஜயா சீனிவாசன்.





GOPI
Kitchen Machine

வாழ்நாள் முழுவதும்
இலவச சேவை.



வேண்டுமானால்
வாங்க கூடிய
சேகரிப்பு பாத்திரம்.

"சமையலறையில் எனக்கு வேண்டிய எல்லா உதவிகளையும் செய்கிறது கோபி. ஏன் தெரியுமா?

கோபி மெஷினுடன் நவீன தொழில் நுட்பத்தையும், எந்தவிதக் கூடுதல் செலவின்றி, ஒன்றல்ல மூன்று ஜாடிகளும் கிடைக்கின்றது.

ஆகவே ப்ளெண்டிங், ட்ரை க்ரைண்டிங், வெட் க்ரைண்டிங், அல்லது எது வேண்டுமானாலும் கோபியில் மட்டுமே நொடிகளில் செய்ய முடியும். கூர்மையான பிளேடுகளைக் கையாளுதல் போன்ற தொல்லை எதுவும் இல்லை.

ஒவ்வொரு ஜாடியையும் தனித் தனியாக உபயோகிக்கலாம். அவற்றைத் தனித் தனியாக வாங்க வேண்டிய அவசியமில்லை. அதனால் எவ்வளவு பணம் மிச்சப்படுகிறது தெரியுமா!

கோபி மெஷின் மிகவும் சிறந்தது. அதனால் தான் உங்களுக்கு 5 ஆண்டு உத்தரவாதமும் (மோட்டார் உள்பட) ஆயுள் முழுவதும் இலவசச் சேவையும் கிடைக்கின்றன.

ஒரு பெண்ணுக்கு இதைவிட வேறென்ன வேண்டும்? கோபி இருக்கும்போது நான் சமையல் கலை வல்லுனராகவே உணர்கிறேன்"

கோபியை இப்பொழுது உங்களுக்கு 'தெர்மாகோல்' பேக்கிங்குடன் அளிக்கின்றோம். தெர்மாகோல் பேக்கிங்கை 1) ஹாட்கேஸ் 2) ஐஸ் பாக்ஸ் 3) பிக்னிக் கேஸ் ஆக உபயோகிக்கலாம்.

இலவசம்

ஒவ்வொரு கோபி மிக்ஸியுடன் ஒரு பெரிய

நிர்லேப்

டெஃப்லான் பூசிய தோசைக்கல்



முந்துங்கள்!
இச்சலுகை
ஸ்டாக் கையிருப்பு
உள்ளவரை மட்டுமே!

கர்நாடகா, ஆந்திரா மற்றும் தமிழ்நாட்டிற்கு விநியோகஸ்தர்கள்:

திரிப்தா மார்க்கெட்டிங் பி. லிட்.,

139, பாரதி சாலை (பைக்ராப்ட்ஸ் ரோடு).
சென்னை 600 014. போன் : 88599
பெங்களூர் போன் : 563322 ஹைதராபாத் போன் : 221224.

Adhiti/M/418

எல்லைகளின் விளிம்பில்

27

பாலு ஒன்றும் புரியாமல் அம்மாவைப் பார்த்தான். மிக நெருங்கிய பந்து யாரோ போய்விட்டாற்போல் அவள் முகத்தில் துயரம் தெரிந்தது.

''செத்துப் போயிட்டாளா, எப்படி?''

''தற்கொலேங்கறா! கெரஸினைக் கொட்டிண்டு நெருப்பு வெச்சுண்டாளாம். நான் நிச்சயமா நம்ப மாட்டேன்! அவாளேதான் கொலை பண்ணியிருப்பா.''

மாலு திகைத்துப் போய் நின்றிருக்க, அம்மா திரும்பத் திரும்பப் புலம்பிக் கொண்டிருந்தாள்.

''நேத்தே எனக்குச் சந்தேகம். அந்தப் பொண்ணுக்குள்ளே ஆயிடுத்துன்னு. பூஞ்சை உடம்பு அடிச்சே அவ உசிரு போயிருக்கும். அப்புறம் கொளுத்தியிருப்பா!''

''போலீஸ்வந்ததாமா?'' என்றான் அவன்.

''எல்லாம் காதும் காதும் வெச்சாப்பலே ஆயிடுத்து. போலீசுக்கு ஏதாவது கொடுத்து வாயைப் பொத்தியிருப்பா!''

அம்மாவின் கண்களிலிருந்து மளமள வென்று நீர் வழிந்தது.

''விதிங்கறது இதுதான் பாரேன்! மாலுவும் நானும் அந்தப் பொண்ணோட அப்பா அம்மா வைப் பார்த்து ஆன மட்டும் மன்றாடினோம். உங்கப் பெண்ணை அழைச்சுண்டு போயிடுங்கோன்னு. எப்படிப்பட்ட அசடுகள் அவா!''

அம்மா சற்று நேரம் எதுவும் பேசவில்லை. பிறகு மீண்டும் தனக்குள் முணுமுணுத்தாள்.

''எத்தனை அநியாயம்! பச்சைக் குருத்தாட்டம் இருந்தது அந்தப் பெண். கொலை செய்ய எப்படி மனசு வந்தது? அந்தப் பெண் என்ன பாவம் பண்ணித்து? மனுஷனுடைய பேராசை இப்படி ராட்சஸத்தனமாய்ப் போகுமா?

''முன்னே வெங்கடேசனுடைய அப்பா அம்மா பணத்தைப் பத்திப் பேசினப்போ, 'இதென்ன வியாபாரமா? எனக்கு இஷ்ட மில்லே'ன்னு மாலு சொன்னபோது எனக்கு அப்ப அவ கோபமும் புரியல்லே. இந்தப் பிரச்னை எத்தனை முக்கியமானதுன்னும் புரியல்லே. கலா மாத்திரம் நம்ப மாலு மாதிரி தைரியமா இருந்திருந்தா இப்படிச் செத்திருக்க மாட்டா!

''விதிடீ! நீயும் நானும் என்ன செய்ய முடியும்?''

''விதியைக் கூட ஜெயிக்கலாம்னு தைர்ய மிருந்தா! எல்லாருக்கும் யோசனைத் திறன் வேணும், மாலு சொல்ற மாதிரி...!''

''என்னம்மா, ஒரேயடியா 'மஸ்கா' பண்ணறே?'' என்று மாலு சிரித்தாள்.

''ஒண்ணுமில்லேடி!'' என்றாள் அம்மா சோர்வுடன். ''எனக்குத் தாங்கல்லே! எங்கிட்ட வந்து வந்து நிக்கும் அந்தக் குழந்தை. அதுக்கு உதவ முடியலையேன்னு வருத்தமாயிருக்கு. தோத்துப் போன மாதிரி இருக்கு.''

''நான் ஒரு யோசனை சொல்றேன் கேளு. உன்னுடைய ஃப்ரெண்ட்ஸ் எல்லாம் இருக்காளோல்லியோ அவாளோட மனசை மாத்தப் பாரு. சக்தி இருந்தாலும் வரதட்சணைக் கொடுக்கக் கூடாதுன்னு சொல்லு...! நான் இந்தக் கலாவுடைய கேஸைப் பத்தி நிச்சயம் பேப்பருக்கு ரிப்போர்ட் பண்ணப் போறேன்!''

''அந்தக் கொலைகாரப் பாவிகளை ஒண்ணும் செய்ய வேண்டாமா? இவாளை சும்மா விட்டா இன்னிக்கு ஒரு கலா, நாளைக்கு ஒரு மாலான்னு கேஸ் வரும்.''

''ஏதாவது செய்யலாம். நிறைய பெண்ணுரிமைச் சங்கங்கள் இருக்கு. எல்லாத்துக்கும் நான் போன் பண்றேன். போலீஸ் வந்து அவாளை தண்டிக்கிறவரை சும்மா இருக்கக் கூடாது.''

கதவு தட்டப்படும் ஓசைக் கேட்டது. பாலு கதவைத்திறந்ததும் ''ஹலோ!'' என்ற

வாஸந்தி

படி திலீப் உள்ளே வந்தான். அவனைக் கண்டதும் மாலுவின் முகம் மலர்ந்து போவதை பாலு கவனித்தான்.

திலீப் அம்மாவையும் அப்பாவையும் கவனித்து வணங்கிவிட்டு, அம்மாவைப் பார்த்து,

"என்ன? முகம் இப்படி வாடியிருக்கு உங்களுக்கு? உடம்பு சரியில்லையா?" என்றான்.

"மாலுவுடைய அம்மா இல்லையா, ஊர் கவலையெல்லாம் பட ஆரம்பிச்சிருக்கா!" என்றார் அப்பா.

"சூட்! ரொம்ப விவேகமான கவலைன்னு அது?" என்று திலீப் மென்மையாகப் புன்னகைத்தான்.

"யாரைப் பத்தின கவலை?"

அம்மா விவரங்கள் சொன்னாள்.

"ரொம்ப அநியாயம் இது. எத்தனை தைரியம் இருந்தா இப்படியெல்லாம் நடக்கும்? தில்லியிலே, படிச்சவங்களுக்கு மத்தியிலே இப்படிப்பட்ட காட்டுமிராண்டித்தனம் நடக்கறதை அனுமதிக்கலாமா?"

"நிச்சயமா எங்கேயும் அனுமதிக்கக் கூடாது! மாலு ஒரு பிளான் வெச்சிருக்கா. இந்தக் கோடை விடுமுறையிலே ஸம்மர் காம்ப் மாதிரி நானும் அவளும் ஏரியா ஏரியாவாப் போய் பிரசாரம் பண்ணலாம்னு ப்ளான் பண்ணியிருக்கோம். நூறு பேர் காதிலே பட்டு அதிலே பத்து பேராவது யோசிக்க ஆரம்பிச்சா நமக்கு வெற்றி தான்."

உள்ளறையிலிருந்து மாலு வந்தாள். "எல்லா சங்கத்துக்கும் போன் பண்ணிட்டேன். எல்லாரும் தடியைத் தூக்கிண்டு இங்க வரப் போறா பாரு. போலீஸ் வந்து கலாவுடைய புக்காத்திலே நடவடிக்கை எடுக்கற வரை கூட்டம் விடாது."

அவள் திலீப்பைப் பார்த்து "வரியா, இந்த இடத்துக்குப் போய் விவரங்கள் சேர்க்கலாம். போலீசுக்கு இங்கே இருக்கிறவர்கள் தான் சரியான தகவல் கொடுக்க முடியும்!" என்றாள்.

"வரேன், வா!" என்று திலீப் கிளம்பினான்.

அவர்கள் அகன்றதும் பாலுவைப் பார்த்து அம்மா மெல்லிய குரலில் சொன்னாள்.

"நல்ல பையனாத்தான் தெரியறான்!"

பாலு மெல்லப் புன்னகைத்தான்.

"எதுக்குச் சொல்றே?" என்றான் அப்பாவைக் கவனித்தபடி.

"மாப்பிள்ளையா வந்தாப் பரவாயில்லேன்னு இவ ஸாங்ஷன் பண்ணப் போறாப் பலே!" என்றார் அப்பா.

"என்னவோ இவ பர்மிஷனுக்காகத்தான் பெண் காத்திண்டிருக்காங்கற நினைப்பு."

"மாலு ஏதாவது சொன்னாளா?"

"வாயே திறக்கல்லே!" என்றாள் அம்மா. "கல்யாணத்தைப் பத்தின நினைப்பே அவ



ளுக்கு இல்லேன்னு நினைக்கறேன். ஆனா நினைப்பு வந்தா இவனைத்தான் பண்ணிக்கு வான்னு தோணறது. இஷ்டப்பட்டா பண் ணிக்கட்டும்! அவ தப்பு பண்ண மாட்டா தன் தீர்மானங்கள்லே!''

பாலு தலையைக் குனிந்து கொண்டான். அம்மா தன்னைச் சுட்டிக் காட்டுகிறாளோ என்றிருந்தது. சொல்லிக் காட்டினால் ஒன் றும் தப்பில்லை என்று நினைத்துக் கொண் டான்.

''உன்னைத் தப்புச் சொல்றேன்னு நினைக் காதேடா பாலு!'' என்றாள் அம்மா மென் மையாக.

''நாம நல்லதைத்தான் நினைச்சோம். இப் படி ஆகும்னு யார் கண்டா? சம்பந்தி என்ன தப்பு செஞ்சிருந்தாலும் சித்ராவுக்கும் அதுக் கும் சம்பந்தமில்லை. அவ இன்னும் குழந் தையா இருக்கா. ரொம்ப முறைச்சுக்காதே அவகிட்டே. தன்னாலே சரியாயிடுவ.''

அவனுக்கு உடல் பூராவும் சிலிர்த்தது.

அம்மாவால் எப்படி இப்படிப் பேச முடி கிறது? எத்தனைக் காருண்யம் வேணும் அதற்கு? சித்ரா இவர்களை அவமதித்த அளவு வேறு எந்த வீட்டிலாவது அவமதித்திருந் தால் சும்மா இருந்திருப்பார்களா? பொறுமை யாக ஏற்றிருப்பார்களா? சித்ராவுக்கு மட்டும் கொஞ்சம் நல்ல சுபாவமாக இருந்தால் கூட்டுக் குடும்பமாக இந்த வீடு எப்படிப்பட்ட சுவர்க்கமாக இருந்திருக்கும்!

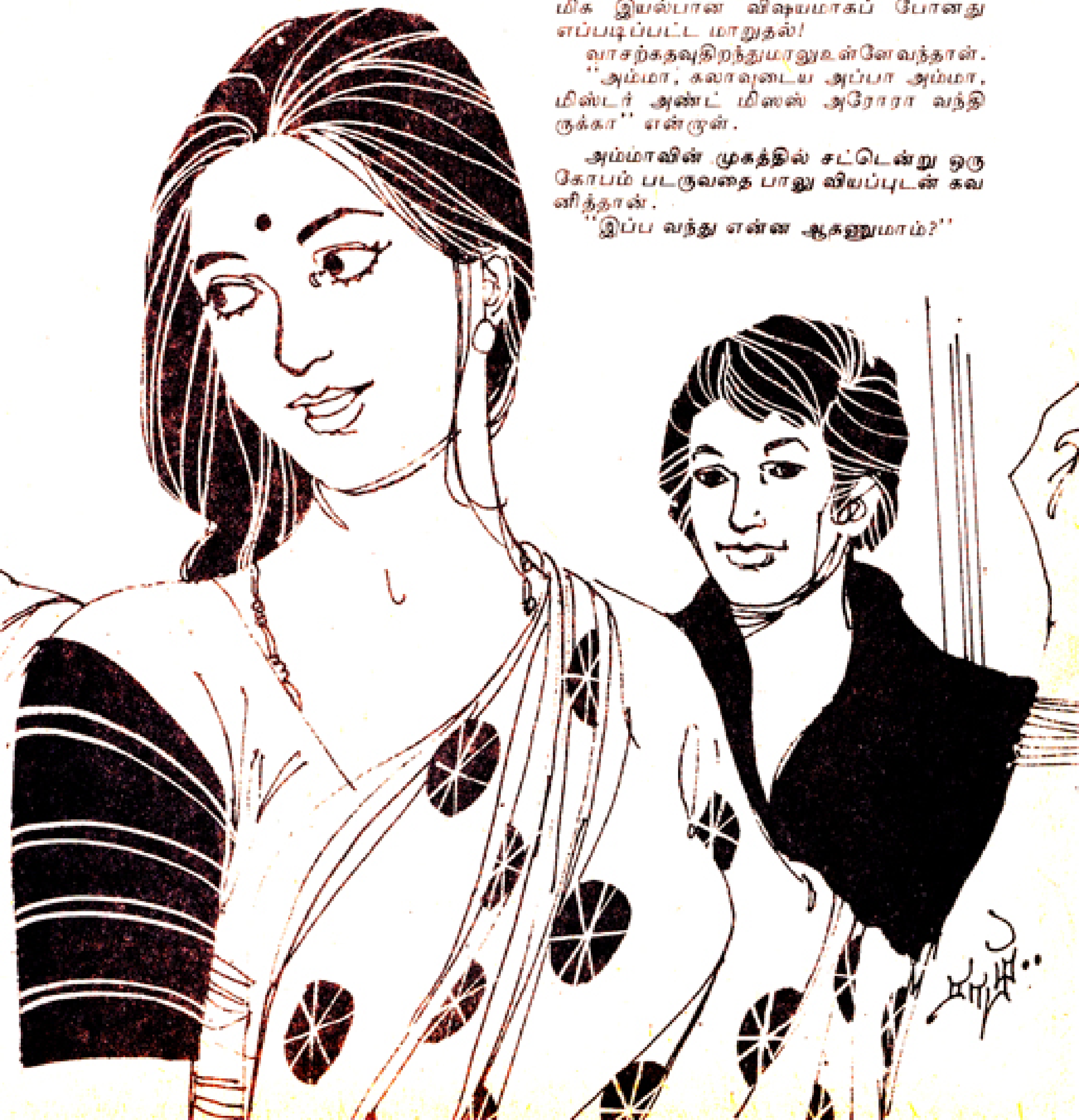
அப்பா மௌனமாகவே இருந்தார். வேடிக் கையாக இருந்தது. அம்மா முன்னால் நகர அப்பா பின்னுக்கு நகர்ந்து கொண்டது. சுயமாகச் சிந்திக்க ஆரம்பித்ததுமே அம்மா தனியாக முடிவெடுக்கக் கற்றுக் கொண்டது மிக இயல்பான விஷயமாகப் போனது எப்படிப்பட்ட மாறுதல்!

வாசற்கதவு திறந்து மாலு உள்ளே வந்தாள்.

''அம்மா, கலாவுடைய அப்பா அம்மா, மிஸ்டர் அண்ட் மிஸஸ் அரோரா வந்தி ருக்கா'' என்றாள்.

அம்மாவின் முகத்தில் சட்டென்று ஒரு கோபம் படருவதை பாலு வியப்புடன் கவ னித்தான்.

''இப்ப வந்து என்ன ஆகணுமாம்?''



அரோராக்களின் முகம் கன்னிச் சிவந்திருந்தது. அம்மாவைக் கண்டதும் திருமதி அரோரா.

"பெஹன் ஜி, மோசம் போயிட்டோம்! ஏமாந்து போயிட்டோம்." என்று அணைத்துக் கொண்டு அழுதாள்.

அம்மாவின் கண்களில் நீர் நிறைந்தாலும் முகம் கடுமையாக இருந்தது.

"நீங்கள் அழுது என்ன லாபம் சொல்லுங்கள்? நீங்களாக அந்தக் குழந்தையை யமன் எடுத்துக் கொண்டு போக அனுமதித்தீர்கள்! நான் எச்சரித்த போது புரிந்து கொண்டீர்களா?"

"பெஹன் ஜி! மன்னியுங்கள்! எங்கள் புத்தி அத்தனை மழுங்கியிருந்தது. எங்கள் விதி அது!"

"விதியுமில்லை, சதியுமில்லை!" என்றாள் அம்மா ஆத்திரத்துடன்.

"கலாவுடைய இந்த முடிவுக்கு நீங்கள் தான் காரணம். அவளுடைய மாமியார், மாமனார் பொல்லாதவர்கள். எல்லாருக்கும் தெரியும்! பணவெறி பிடித்தவர்கள் எப்படி நடந்து கொள்வார்களோ அப்படி நடந்து கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆனால் நீங்கள்? நல்லவர்கள் என்று வேஷம் போட்டுக் கொண்டு பச்சைக் குருத்தைப் பலியிட எப்படி மனசு வந்தது? நீங்களாக பலிக்கு அனுப்பினீர்கள்! சமூகம் என்கிற சால்ஜாப்பு சொல்லிக் கொண்டு. நாங்கள் வேலை மெனக் கெட்டு உங்கள் வீட்டிற்கு வந்து சொல்கிறோமே எங்களைப் பைத்தியக்காரர்கள் என்று நினைத்தீர்களா? உடனே வந்து பெண்ணை அழைத்துப் போயிருந்தால் இப்படி ஆகியிருக்குமா?"

"என் மேல்தான் தவறு! என்மேல்தான்!"

அரோரா மடேர் மடேர் என்று தலையில் அடித்துக் கொண்டார். "நான் நிச்சயமாய் விபரீதத்தை உணரவில்லை." தேவைக்குச் சற்று அதிகமாகவே அம்மா பேசிவிட்டதாக பாலுவுக்குப் பட்டது. அம்மாவே அதை உணர்ந்தாற்போல் மௌனமாக இருந்தாள்.

"அடுத்த இரண்டு பெண்களுக்கு இந்த மாதிரி தவறு செய்யாதீர்கள்" என்றாள் மாலு.

"போலீஸ் வந்து கேட்கும் விவரங்களுக்குப் பயப்படாமல் பதில் சொல்லுங்கள். நாங்கள் எல்லோரும் ஆதரவுக்கு இருக்கிறோம். இது தற்கொலை இல்லை, கொலை என்று எல்லோருக்கும் தெரியும்."

வந்தவர்கள் பேசத்தென்பில்லாமல் எழுந்தார்கள்.

அவர்கள் சென்றவுடன் எல்லாருமாக வெளியில் வந்தார்கள். பாலு வெளியில் தெரிந்த காட்சியைக் கண்டு திகைத்தான்.

கலாவின் வீட்டெதிரில் சாரிசாரியாகப் பெண்கள். பெண்கள் சங்கங்கள் அவ்வளவும் படையெடுத்திருந்தது. கையில் பெரிய பெரிய பானர்கள். "தீயை வைத்த கையில் விலங்கைப் போடு!"

"பெண் உருவில் இருக்கும் ராட்சஸியை லாக்கப்பில் போடு!"

இதைத் தவிர கோஷங்கள்.

"நான் போறேம்மா!" என்றாள் மாலு.

"நானும் வரேன்டி!" என்றபடி அம்மா உத்வேகத்துடன் தொடர்ந்தாள்.

மாலுவுடன் திலீப் பானர்ஜி கூட்டத்திலிருந்து வந்து சேர்ந்து கொண்டான்.

தங்கள் வீட்டு வராந்தாவிலிருந்து பாலு ஒரு மூன்றாம் மனிதனைப் போலப் பார்த்துக் கொண்டு நின்றான்.

கூட்டத்தையும் கோஷத்தையும் நடுவில் அம்மாவையும் பார்க்கும்போது ஒரு புதிய சகாப்தம் உருவாகிறாற்போல் தோன்றிற்று. உலகத்துத் துக்கமெல்லாம் தன் துக்கமாக எடுத்துக் கொள்ள ஆரம்பித்து விட அம்மா விசுவரூபமெடுத்து விட்டாற்போல் மனசு பூரித்தது.

நான்? நான் என்னவாகப் போகிறேன்? எல்லைகளின் விளிம்பைக் கண்டு கலகலத்து நிற்கிறேன். இனிமேல் நடந்ததை மறந்து பாதையை வகுத்துக் கொள்ள வேண்டும். தனியாக — சித்ராவிடமிருந்து மனசு முழுவதும் கழண்டு கொண்டது சற்று வியப்பாக இருந்தது.

"நமஸ்தே 'ஸாப்!"

அவன் திடுக்கிட்டுத் திரும்பினான். கட்

மூன்று ஸ்பூன் காப்பிக்கு 1 ஸ்பூன் சிக்கரியைக் கலந்து காப்பி தயாரித்துப் பாருங்கள். காப்பி நல்ல மணமாகவும், ஸ்டிராங்காகவும் அமையும்.

— திருமதி தேவனாதன்.,

பெண்கள் உதடுகளில் சாயம் பூசுவதற்கு முன்பு உதடுகளில் சிறிதளவு கிளிஸரின் தடவிவிட்டு, அதன்பிறகு சாயத்தைப் பூசினால் ஒரே சீராக சாயம் அமையும்.

— லட்சுமி சிவம்.



❝என் செல்லப்பேத்திக்கு என் பழங்கதைகளைக் கேட்பதில் அலாதி உற்சாகம்! எனக்கு 12 வயதிலேயே கல்யாண வைபோகம் நடந்த கதையைச் சொன்னால் அவளுக்கு கொள்ளமாட்டாத சிரிப்பு!

எனக்கு கல்யாணச் சீராகக் கிடைத்த எவர்சில்வர் பாத்திரங்களைப் பற்றியும் ஆவலாகக் கேட்பாள். நாற்பது வருடங்களாக இன்றும் நான் சமைத்துவரும் பாத்திரங்களாயிற்றே!

இப்போதெல்லாம் அந்த மாதிரியான 'கிண்'ணென்ற பாத்திரங்கள் கிடைப்பதில்லை என்றே நினைத்திருந்தேன் - சேலம் எவர்சில்வர் பாத்திரங்களைப் பார்க்கும் வரை. எனக்கா தெரியாது, எது நல்ல பாத்திரம் என்று!

அந்த காலத்துப் பாத்திரங்களைப்போலவே உயர்தரமானவை. கரும்புள்ளிகளோ, கறையோ பிடிக்காது. வருடக்கணக்கில் உழைத்தாலும் பளபளப்பு போகாது.

நான் இனி பழங்கதை பேசினால் அதில் புது கதாபாத்திரங்களும் இருக்கும். அவைதான் சேலம் எவர்சில்வரில் செய்த பாத்திரங்கள்!❞

சேலம் எவர்சில்வரில் தயாரிக்கப்பட்ட பாத்திரங்கள் எல்லா பிரபலமான பாத்திரக்கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

சேலம் எவர்சில்வர்.
நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான பாத்திரங்கள்.

சேலம் உருக்காலை
சேலம் 636 013 தமிழ் நாடு.

Sista's.SSP.364-85 TM G

டையை ஊன்றியபடி சுரேஷ் நின்றிருந்தான்.

"அட! எப்படியிருக்கே? பார்த்து எத்தனை நாளாச்சு?" என்றான் பாலு சந்தோஷத்துடன்.

"எம். ஏ. முடிச்சுட்டேன் ஸாப்! கிராமத்துக்குப் போய்ப் பள்ளிக்கூடம் ஆரம்பிக்கப் போறேன்!"

"நல்ல காரியம் சுரேஷ். நம்ம ஜனங்களுக்கு அறிவுதான் தேவை. வெறும் ஏட்டுப் படிப்பு போறாது 'பாய் ஸாப்! பகுத்தறிவு வேணும், மனிதாபிமானம் வேணும் — இன்றைக்கு நடந்த அக்கிரமத்தைப் பாருங்கள். சின்ன வயசிலிருந்து இதை மண்டையில ஏத்தணும் ஸாப்! நான் அதைத்தான் போதிக்கப் போறேன்!"

பாலு மெலிதாக நெகிழ்ந்தான். இந்த சுரேஷ் பெட்டிக்கடை வைத்து வியாபாரம் செய்தவன்!

"என்னுடைய வாழ்த்துக்கள் சுரேஷ்!" என்று கையைக் குலுக்கினான்.

தெருவில் போலீஸ் ஜீப் வந்து நிற்பது தெரிந்தது. சிறிது நேரத்தில் கலாவின் மாமனார், மாமியார், கணவன் ஆகியோரை ஏற்றிக் கொண்டு ஜீப் நகர்ந்தது. குழுமியிருந்த பெண்கள் கூட்டம் வெற்றிக் கூவல் விடுத்தது. கலாவின் பெற்றோர்கள் துயரம் குறையாமல் கிளம்பிச் சென்றார்கள். அம்மாவும் மாலுவும் திலீப்பும் திரும்பி வந்து கொண்டிருந்தார்கள். மூவர் முகத்திலும் எந்த வெற்றிச் செருக்கும் தெரியவில்லை. மாறாக மிதமிஞ்சிய துயரம் தெரிந்தது.

இவர்களைச் சேர்ந்தவன் நான் என்கிற நினைப்பு சட்டென்று பாலுவின் மனத்தை நிறைத்தது.

(முற்றும்)

செட்டிநாட்டுச் சமையல்



கல்கண்டு வடை

உ. பருப்பு — 2 கப்,
பச்சரிசி — ½ கப்,
கற்கண்டு — ¼ கிலோ,
சர்க்கரை — ½ கப்,
எண்ணெய் — ½ லிட்டர்.

உ. பருப்பு, பச்சரிசி இரண்டையும் நன்றாகக் கழுவி 10 நிமிடம் ஊற வைத்துத் தண்ணீர் விடாது சர்க்கரையையும், கற்கண்டையும் சேர்த்து வெண்ணை போல் அரைத்து, சிறு எலுமிச்சம்பழ அளவு உருட்டி பிளாஸ்டிக் பேப்பரில் மெலிதாக வடை தட்டி எண்ணெயைக் காய வைத்து, நாலு நாலு வடையாகப் போட்டு நாலும் சிவப்பாய் வெந்த பின் எடுக்கவும்.

வெள்ளைப் பணியாரம்

பச்சரிசி — 5 கப்,
உளுத்தம் பருப்பு — 1 கப்,
எண்ணெய் — ½ லிட்டர்,
உப்பு — 1 பிடி.

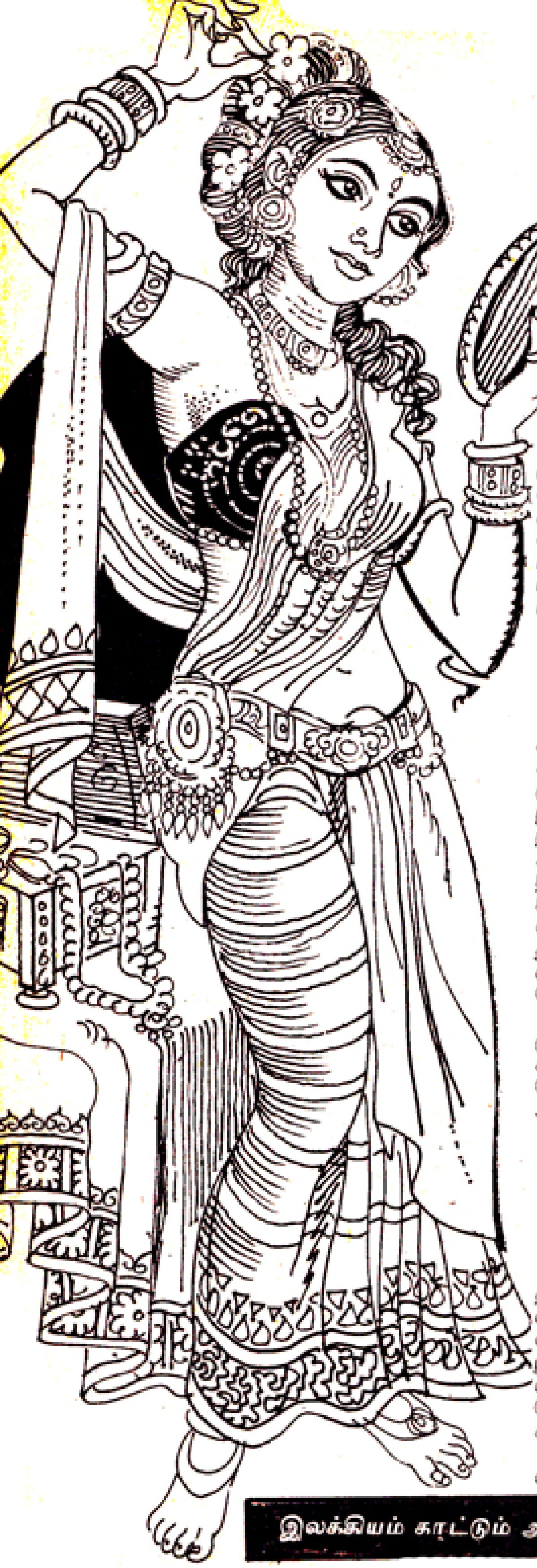
அரிசி, பருப்பை நன்றாகக் கழுவி அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து, தண்ணீர் சேர்த்துத் தோசை மாவு பதத்தில் உப்பையும் சேர்த்து அரைத்து, ஏந்தலான வாணலியில் எண்ணெயைக் காய வைத்து, குழி இல்லாத ஏந்தல் கரண்டியால் காயும் எண்ணெயில் ஒவ்வொரு கரண்டி ஊற்றி அப்பம் போல் உப்பியதும் ஒவ்வொரு முறை திருப்பிவிட்டு உடனே எடுக்கவும்.

இளந்தோசை

புழுங்கல் அரிசி — 5 கப்,
உளுத்தம் பருப்பு — 1 கப்,
உப்பு — 1 பிடி,
எண்ணெய் — 4 ஸ்பூன்.

பருப்பையும் அரிசியையும் நன்றாகக் களைந்து, இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து முதல் நாள் மாலையே நைஸாக அரைத்து, உப்பு சேர்த்துக் கரைத்து வைத்து மறுநாள் காலை தோசைக் கல்லை காய வைத்து வெள்ளைத் துணியில் எண்ணெயைத் தொட்டுக் காயும் கல்லில் தடவி மாவை ஒரு கரண்டி எடுத்து ஊற்றிக் கரண்டியால் வட்ட வடிவமாக லேசாகத் தோசையைத் தடவி, மூடி வைத்து ஒரு நிமிடம் சென்றவுடன் இறக்கவும்.

— மங்களம்



ஒப்பனை

தமிழ் இலக்கிய நூல்களில் ஒப்பனை முறைகளைப் பற்றி விரிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. ஒப்பனைக் கலையில் பயிற்சி பெற்ற மகளிர் இருந்தனர். ஒப்பனை அறைகள் ஏற்ற வகையில் அமைக்கப்பட்டிருந்தன. ஒப்பனைத் துறையிலிருந்தவர்கள் கைவன்மையுடையவராயும், எழில் தோற்றத்துடன் மங்கல மகளிராக திகழ்ந்திருந்தனர்.

வண்ணமகளிர் கண்ணுறக் கவினிய
உழைக்கலம் ஏந்தி உழைப்படர்ந்தியல
(பெருங்கதை).

நீராடும் போது எண்ணெய், நெய்யையும் கூந்தலில் தேய்த்து முழுகினர், வெட்டி வேர், சந்தனம், அகில் சாந்து, கருப்பூரம், கஸ்தூரி, குங்குமம் போன்ற நறுமணப் பொருள்களைப் பூசிக் கொண்டனர். எண்ணெய்ப் பசையை நீக்க அரைப்புப் பொடி, நுரை பெருகும் அரைப்புப் பொடி இவற்றைப் பயன்படுத்தினர். கூந்தலை அகிற்புகையால் உலர்த்தி சீப்பால் வாரினர். பல்வகைப் பின்னல்களாலும் கொண்டையிட்டும் அலங்கரித்துக் கொண்டனர். பத்துவகை துவரும் ஊற வைத்த நீரைக் கூந்தலில் தெளித்துக் கருமையேற்றினர்.

வாரி முடிக்கப்பட்ட கூந்தலில் பத்தி முதலிய தலைக்கோலங்களைத் தக்க இடங்களில் அணிந்து, நீர், நிலப் பூக்களைச் சூட்டிக் கொண்டனர். பூச்சரங்கள் பிடரியில் பாய்ந்து அசைந்தன.

வனப்போடு புணர வகுத்தணி முடிமிசை
நீர்ப்பூம் பிணையல் சீர்ப்பமை சிகழிகை
முல்லையங் கோதை சில்சூட் டணிந்து
(பெருங்கதை).

நெற்றி, தோள், மார்பகங்களில் சந்தனத்தால் கோலமெழுதினர். 'தொய்யில்' கோலத்தைக் கொண்ட மகளிர் தொய்யில் மகளிர் என அழைக்கப்பட்டனர். பச்சைக் கருப்பூரம், சாதிலிங்கம், ஸ்நானப் பொடி போன்றவைகளைக் குங்குமத்தில் இழைத்துப் பூசிக் கொண்டனர். ஒப்பனைக்கேற்ற அணிகலன்களை அணிந்து கொண்டனர்.

வையையில் நீராடிய மகளிர் மகரவலயம் என்றதலைக்கோலத்தால் நெற்றியின் எழிலைப்

எத்தனை வாசனை

பெருக்கி, அகிற் கட்டைகளுக்குத் தீ மூட்டி எழும் நறுமண கலவைக் குழம்பை மெழுகிக் கொண்டதை பரிபாடல் கூறுகிறது.

வெள்ளந் தரும்ப்புனல்
புனல்பொருது மெலிந்தார்...
நகின்முகடு மெழுகிய அளறுமடை
இறந்து...
எறிமகர வலய மணிதிகழ் நுதலியர்...

வெண் துகிலினுல் கூந்தலே முறுக்கி, நிற்பர் சிலர், குழவியினுல் கருப்பூரம் கலந்த சிவந்த குங்குமக் குழம்பினையும், அகிற் குழம்பினையும் கலந்து அரைப்பார் சிலர். பொலிவு மிகுந்த அவ்வையை கரையில்.

சிலர் பத்துவகை துவர்களைப் பூசிக் கொண்டு நீரில் மூழ்கா நிற்பர், சிலர் கூந்தலில் எண்ணெயிட்டு நுண்ணிய அரைப்புப் பொடியை இட்டுத்தேய்க்காமல்நிற்பர், வேறு சிலர் அப்புதுநீர் ஒப்பனைப்பெறும்பொருட்டு மலர்மாலே, சந்தனக் குழம்புகளையும், கத்தூரியினையும் அணிகலன்களையும் அந்நீரின் அருகில் இடாமல் நிற்பர்.

துண்ணந் துவர்பல ஊட்டிச் சலங்குடை
வாம்
எண்ணெய் கழல விழைதுகள் பிசைவார்
மாலேயுஞ் சாந்து மதமு மிழைகளும்
கோலங்கொளநீர்க்குக்கூட்டுவா ரப்புனல்
உண்ணு நறவினை ஊட்டுவா ரொண்
டொடியார். (பரிபாடல்)

குளிர்காலத்தில், மகளிர் கூந்தலுக்குக் கற்கண்டும், அகிற் கட்டையும் சேர்த்து எரிக்கப் பட்ட வாசனைப் புகையைப் போடுவது வழக்கம். மாதவி கோவலனுடன் இன்புற்றிருந்த நிகழ்ச்சி கோடைக்காலத்தில் அமைந்திருந்தது. ஆகையால் குளிர்காலப் புகைக்கு அவசியமில்லாமல் கோடை வெப்பத்தைத் தணிக்கும் சந்தனம் இமயமலேயில் உண்டான சந்தனக் கல்லில் பொதிய மலேயில் விளேந்த சந்தனக் கட்டையால் அரைக்கப் பட்ட சந்தனத்தைப் பூசிக் கொண்டனர்.

மருவூர்ப் பாக்கத்தில் இரத்தின கற்கள், முத்து, பவழம், மணிகள், பொன்னும் ஆகியவைகளால் செய்யப்பட்ட அரிய ஆபரணங்கள் கடைகளில் கொட்டிக் கிடந்தன. குங்குமக் குழம்பு, வாசனைப் பொடிகள், சந்தனம், பூக்கள், நறுமணப்புகைப் பொருள்கள் ஆகியவைகளே விற்பவர் நகர வீதியில் திரிந்து கொண்டிருந்தனர். (சிலப்பதிகாரம்).

இவ்வகையில் வளம் பொருந்திய பண்டைய காலத்து அணிகலன்கள் கண்ணேக் கூசும் வகையிலும், நறுமணம் கமழ்வதையும் இலக்கிய ஏடுகளேப் புரட்டும் போது உணரலாம்.

கி. ராதாகிருஷ்ணன் I.P.S



புதிய சித்ரான்னங்கள்

மாட்டுப் பொங்கலன்று விதவிதமாகச் சித்ரான்னங்கள் தயாரிப்போம் அல்லவா? இந்த வருடம் சற்றுப் புதுமையாகக் கீழ்க்கண்ட சித்ரான்னங்களைத் தயாரிக்கலாமே!

வெந்தய அவல்

நல்லெண்ணெய் — 50 மி. லி.,
வெந்தயம் — 2 டீஸ்பூன்,
அவல் — 1 ஆழாக்கு,
புளி — 1 எலுமிச்சை அளவு,
மிளகாய் வற்றல் — 5,
உப்பு — சுவைக்கேற்ப,
மஞ்சள் பொடி — ½ டீஸ்பூன்,
கடுகு — 1 டீஸ்பூன்,
பெருங்காயப் பொடி — 1 சிட்டிகை,
கடலைப் பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
கருவேப்பிலை — 1 கொத்து.

வெறும் வாணலியில் வெந்தயம், மிளகாய் வற்றல் ஆகிறவற்றை வறுத்து உப்பு, புளி சேர்த்து நைசாக அரைக்கவும். அவலை 1½ மணி நேரம் தண்ணீரில் ஊற வைத்துப் பின்பு நன்கு பிழிந்து எடுத்து விடவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டுக் கடுகு போடவும். கடுகு வெடித்ததும் கடலைப் பருப்பு, கருவேப்பிலை போட்டு வதங்கியதும் அவல், மஞ்சள் பொடி அரைத்த விழுது ஆகியவற்றைப் போட்டுக்கிளறவும். எல்லாமாக நன்கு கலந்து வந்ததும் இறக்கவும்.

சேமியா உளுந்தோரை

சேமியா — 1 ஆழாக்கு,
நெய் — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
உளுத்தம் பருப்பு — 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பால் — 1 கரண்டி,
சர்க்கரை — 1 டீஸ்பூன்,
கொப்பரை — 75 கிராம்,
கடுகு — 2 டீஸ்பூன்,
உப்பு — சுவைக்கேற்ப,
மிளகாய் வற்றல் — 5,
கறிவேப்பிலை — 1 கொத்து,
ரீபைண்ட் ஆயில் — 50 மி. லி.
பெருங்காயம் — 1 சிட்டிகை.

சேமியாவைச் சிறிது எண்ணெய் விட்டுப் பொன்னிறமாக வறுக்கவும். தண்ணீர் உப்பு, சேர்த்து வேக வைத்துக் கொள்ளவும்.

உளுத்தம் பருப்பு, கொப்பரைத் துருவல், மிளகாய், கருவேப்பிலை ஆகியவற்றைச் சிறிது எண்ணெய் விட்டு வறுத்து நைசாகப் பொடி செய்யவும். வாணலியில் நெய் விட்டு கடுகு, பெருங்காயம் தாளிக்கவும். கடுகு வெடித்ததும் பால், சர்க்கரை சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும். பிறகு சேமியா, உளுத்தம்பருப்பு பொடி செய்தது ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.

குங்குமப்பூ சர்க்கரைப் பொங்கல் (அ) கேசரி பாத்

பாஸ்மதி அரிசி — 1 ஆழாக்கு,
(புலவு அரிசி)
சர்க்கரை — 1 ஆழாக்கு,
நெய் — ½ ஆழாக்கு,
குங்குமப்பூ — ½ டீஸ்பூன்,
ஏலப்பொடி — 1 டீஸ்பூன்,
முந்திரிப் பருப்பு — 10,
கிஸ்மிஸ் திராட்சை — 10,
சாரைப் பருப்பு — 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
பால் — 1 கரண்டி.

ஒரு கரண்டி சூடான பாலில் குங்குமப் பூவைக் கரைத்துக் கொள்ளவும். நெய்யை ஒரு கனமான பாத்திரத்தில் அடுப்பில் வைத்து முந்திரி, கிஸ்மிஸ், சாரைப் பருப்பு, ஆகியவற்றை வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். மீதி நெய்யில் அரிசியைப் பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொண்டு, சர்க்கரை, குங்குமப்பூ கரைத்த பால் மற்றும் 2 பங்கு கொதிக்கும் வெந்நீர் ஆகியவற்றைச் சேர்க்கவும். அவ்வப்போது கிளறிவிட்டு வெந்ததும் இறக்கி ஏலப் பொடி, வறுத்த முந்திரி, கிஸ்மிஸ், சாரைப் பருப்பு சேர்த்துக் கலக்கவும். அழகான நிறமும், மணமும் கொண்ட இப்பொங்கல் மிகவும் சுவையாகவுமிருக்கும். செய்வதும் சுலபம்.

— ந. விசாலாட்சி.

பிரதமரைச் சுற்றிப் பெண்கள்



"பிரதமர் ராஜீவ் காந்தியின் செயலகத்தில் ஐந்து பெண்மணிகள் மிக சீனியர் பொசிஷனில் பணிபுரிகிறார்களாமே!' இது பற்றி மேலும் பல ருசிகரமான தகவல்களை அறியப் பிரதமரின் செயலகமான செளத் ப்ளாக்கிற்குச் செல்வோம். மங்கையர்களின் மாண்பிற்கு. ராஜீவ் காந்தி சரியான மரியாதை தருகிறார் என்பதற்கான ஆதாரம் அவரது செயலகமே!

அனாவசிய அரசியல்,வீண்வம்பு,அண்டப் பிரசண்டம் ஆகியவைகளை மங்கையர்கள் வெறுப்பார்கள், பணிக்குத்தான் முக்கியத்துவம் தருவார்கள் என்ற திடமான பிரதமரின் நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான பெண்



சரளா கிரேவால்

அதிகாரிகளின் அறிவுரையை ராஜீவ் காந்தி புறக்கணிப்பதில்லை. இந்த முதல் காரணத்தால்தான் தமது செயலாளராக சர்தாரிணி சரளா கிரேவால் (Srela Grewal) எனும் 58 வயது பெண்மணியை நியமனம் செய்தார் சென்ற செப்டம்பரில்.

இதுமட்டுமின்றி கூடுதல் செயலாளர் பதவிக்கும் அக்டோபரில் ஸ்ரீமதி ஒதிமா போர்டியா (Mrs. Otima Bordia) எனும் மகளிர் அலுவலரைத் தேர்ந்தெடுத்தார்.

1962 ல் முதல் பெண் ஐ. ஏ. எஸ். ஆபீசராக சரளா கிரேவால் பஞ்சாப் மாநில கல்வி இயக்குநராகப் பொறுப்பேற்றார். கன்னு (Khanna) குடும்பத்தில் பிறந்த சரளாவிற்கு மூன்று அக்கா, இரண்டு தங்கைகள், இரண்டு தம்பிகள். தந்தையாரோ விவசாயி. தாய் மிக ஏழ்மைக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தவள். குடும்பமோ மிகப் பெரிது. மிகுந்த இன்னல்களிடையே படித்துப் பட்டம்பெற்று 1951 ல் ஐ. ஏ. எஸ். தேர்வில் முதன்மையாக வந்த கிரேவால், 1985 ல் இந்திய நாட்டின் பிரதமருக்குச் செயலாளர் என்ற முதல் பதவியில்.

"சிறு குடும்பம் பெரு இன்பம்" என்ற சிக்கன வாழ்க்கையை ஆரம்பித்த சரளா கிரேவால் இரண்டு மகன்களுக்குத் தாய். பணிபுரிந்ததோ சுகாதார அமைச்சரவை. எப்படித் தமிழகத் தலைமைச் செயலாளர் டி. வி. அந்தோணி அனைத்து விழாக்களிலும் குடும்பக் கட்டுப்பாட்டை வலியுறுத்துகிறாரோ அதேபோன்று சரளா கிரேவாலும். காரணம், பிறந்தது பெரிய குடும்பத்தில். இதனுடைய சிக்கல்களை அறிந்தவரானதால், சரளாவைப் பார்க்கப் போகும் புது முகங்களை இவர் கேட்கும் முதல் கேள்வி, எத்தனைக் குழந்தைகள் என்றுதான். இரண்டு குழந்தைகள் என்றால், "இருபது நிமிடம் பேசு" என்பார். ஐந்து குழந்தை என்றால், தண்டனையாக, இவருடன் அதிக நேரம் பேச முடியாது. "பாஞ்ச் பச்சே ஹை? மை காட்." என்று பெருமூச்சு விட்டு, ம்... "பதாதீஜியே கியா காம் ஹை" என்பார்.

அதிகார வர்க்கத்தில் வந்தவராயிற்றே. பிரதமர் ராஜீவ் காந்திக்குச் சரிவர அரசு அலுவல்களைச் சீரமைத்துத்தரும்பணி,சரளா கிரேவாலுடையது. முக்கியமான பாலிசி பைல்கள் மீது "செயலாளர், என்னிடம் பேசவும்" என்று ராஜீவ் காந்தி கையெழுத்துப் போட்டு சரளா மேஜைக்குப் பிரதினம் சுமார் 20, 25 கோப்புகள். இரவு —

பகல் காணுது தனது ஆறு ஸ்டெனேகிராபர்களையும் "ஆக்குபை" செய்துவிடும் சரளா கிரேவால், கோப்புகளைப் படித்துப் பிரதமருக்கு மூன்று நான்கு வரிக் குறிப்புகளை எழுதி, தனது அபிப்பிராய. அனுபவங்களை விளக்குவார்.

பிரதி தினம் காலை எட்டு மணி முதல் ஒன்பது மணி வரை ராஜீவ் காந்தியுடன் அரசு அலுவல் ஆலோசனை செய்யும் ஒரே பெண் அதிகாரி இவர்தான். அனைத்து அரசுப் பொறுப்புகளையும் சரளா கிரேவால் மீதே போடும் ராஜீவ் காந்தி, அதிகார சுதந்திரமும் தந்திருக்கிருர். ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் எந்த ஆபீஸரும், தனது அலுவலக சிப்பந்தியாக இருந்தாலும் சரி, மிகமிக முக்கியமான விஷயத்தைத் தவிர, மற்ற கோப்புகளை எடுத்து வரக் கூடாது என்ற கண்டிப்பான உத்திரவு. ஆக, சரளா கிரேவால் பிரதமர் செயலகத்துக்கு ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் வந்தாலும் தனது ஜூனியர் பெண் ஆபீசர்களுடன் வாராந்திரக் குறிப்பு மட்டும் விவாதிக்கிருர்.

பிரதமரின் மூன்று அடிஷனல் செயலாளர்களில் ஒருவர் பெண்மணி. ஸ்ரீமதி ஒதிமா போர்டியா. ராஜஸ்தான் மாநில ஐ.ஏ.எஸ். அதிகாரி. இவர் கண்காணிக்கும் இலாகாவே தனி. அதாவது மாநில — மத்திய அரசு உறவுகள், பொருளாதார சம்பந்தப்பட்ட பிரச்னைகள், நிதி விஷயம் போன்றவைகள்.

அடுத்த பெண் அதிகாரி — டெபுடி செகரடரியாக விளங்கும் 38 வயதான திருமதி மீரா சங்கர். Indian Foreign Service அதிகாரி. உத்திரப்பிரதேசத்தைச் சேர்ந்த திருமதி மீரா சங்கர், பிரதமரின் செயலகத்தில் சேரும் முதல் முதல் பெண் IFS அதிகாரி.

பிரதமரின் செயலகத்தில் வேறு இரண்டு பெண்மணிகளைக் கண்டு பேசுவது மிகவும் கடினம். சற்று தயக்கத்துடன்தான் பேசினுர்கள். அலுவலக வரவேற்பறை வரை வந்த பிறகு "சாரி" என்று கூறுபவர்கள். இதில் ஒருவர் ராஜேஸ்வரி டண்டன். பெயரைக் கேட்டாலே கலப்பு மணம் போன்றதொரு தயக்கம். பிறந்து, வளர்ந்து, படித்தது பெங்களூரில். தான் "கன்னடிகா" மேரீட் டு எ பஞ்சாபி என்று அறிமுகப்படுத்திக் கொள்வதில் பெருமைப்படுகிருர்.

பிரதமருக்கு இவர்தான் சோஷியல் செகரட்டரி. வேலைப் பிரிவுகளைக் கேட்டால், அழைப்பிதழ், வாழ்த்துச் செய்திகள், புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள் போன்ற பிரதமர் ராஜீவ் காந்திக்கு வரும் வாழ்த்துக்களைப் பற்றிக் குறிப்பு எடுத்து, மிகச் சாதாரணமாக இருந்தால் தானே கையெழுத்துப் போட்டு அனுப்பும் தகுதி பெற்றவர்.

ஐந்தாவது பெண்மணி ரீடா ரவி நாங்கியா. (Rita Ravi Nangia) Officer on Special duty to P. M. ஜூனியர் பதவிதான். பொருளாதார படிப்பு படித்துக் கல்லூரியில் நிதி இயல் (Fiscal Policy) பற்றி வகுப்பு எடுத்தவர். Indian Economic Service ல் சேர்ந்தார். 35 வயதான ரீடா ரவி நாங்கியா, பஞ்சாபிப் பெண்மணி. பிரதமரின் பொருளாதார ஆலோசகர் சர்தார் மன்மோகன் சிங் அலுவாலியாவின் பொறுப்பில் பணிபுரிகிருர். நிதி நிலை அறிக்கை தயாரிக்கப்பட்டு வருகிறது. மிகவும் பிஸி. "குசலம்" விசாரிக்க முடியாத நிலை.

இவர்களைத் தவிர பிரதமரின் செயலகத்தில் பெண் ஸ்டெனே கிராபர்கள், டைப்பிஸ்ட்களாக நவம்பர் மாதத்தின் முதலில் எட்டு பேர்கள் சேர்ந்துள்ளார்கள்.

பலத்த போலீஸ் பாதுகாப்புடன் இருக்கும் பிரதமரின் செயலகத்தில் உள்ளே சாதாரணமாக நுழைய முடியாது. அனைத்து பெண் ஆபீசர்களும் கழுத்தில் நெக்லஸ் போட்டுக் கொள்ளாது பெரியதொரு செயின் மாட்டிக் கொண்டிருக்கிருர்கள். அதில் டாலர் போன்று அடையாள அட்டை புகைப்படத்துடன் கூடியதை அணிந்து கொண்டுதான் ஆபீசிற்கு வரவேண்டும்.

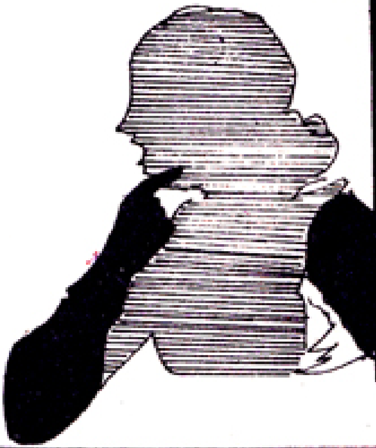
விமான நிலையத்தில் இருக்கும் பாதுகாப்பு தடபுடல்கள் பிரதமரின் அலுவலகத்திலும் இருக்கிறது. பெண் போலீஸ் சப்—இன்ஸ்பெக்டர்கள் பத்துப் பேர்கள். பிரதமரின் செயலகத்தினுள் பாதுகாப்பு வளைவு வழியாக ஏதாவது பெண்மணி செல்லும் போது பெண் போலீசார்தான் சோதனை போடுகிருர்கள். இந்தியக் குடிமகன் பெருமைப்படக் கூடிய உயர்ந்த இடத்தில், அதாவது பிரதமரின் செயலகத்தில் "பெண் ஆதிக்கம்" இருப்பதைக் கண்டு வியப்படைவதில் ஆச்சரியமில்லை.

பிரேமா.



ஆலிவ் எண்ணெயைச் சற்று சூடாக்கி இரவில் படுக்கச் செல்வதற்குச் சற்று முன்னதாகத் தலையில் நன்ருகத் தேய்த்து விட வேண்டும். இவ்வாறு தொடர்ந்து சில நாட்கள் செய்து வந்தால் கூந்தலின் நிறம் நல்ல கருமையுடனும், பளபளப்புடனும் மென்மையாகவும் இருக்கும்.

—லட்சுமி சிவம்.



இதற்கு என்ன செய்வது

டி. ஆர். ரமேஷ்

ஜி.வி.எஸ், சென்னை.

எங்களுக்குத் திருநெல்வேலி ஜில்லாவில் தாம்பிரபரணி வாய்க்கால் வசதியுள்ள இடத்தில் சொற்ப நஞ்சை நிலம் இருக்கிறது. அதை உழுது பயிரிடுபவர்கள் 'மறவர்' இனத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். எங்கள் தகப்பனார் இருக்கும்வரை அவரே சொந்தமாக கண்காணித்து வந்தார். அவர் காலமாகி சுமார் 13 வருடங்களாகிறது. அதே குடியானவர்கள் இப்பொழுது எங்களுக்கு மகசூலிலிருந்து ஒரு பைசா கூடத் தருவதில்லை. பட்டா எங்களிடமும், அநுபோகம் அவர்களிடமும் இருக்கிறது. அந்த நிலங்களை விற்கலாமென்றால் அவர்களேதான் வாங்க வேண்டுமென்கிற சட்டம் இருப்பதால், அன்னியர்கள் வாங்க முன் வரமாட்டார்கள். அதைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு அவர்கள் வாங்குவதாகவும் இல்லை. கேட்டால் ஒன்றுக்குக் கால் விலைக்குக் கிரயம் பேசுவதோடல்லாமல் காலம் கடத்திக் கொண்டே வருகிறார்கள்.

இந்தநிலையில்நாங்கள் என்ன நடவடிக்கை எடுக்கலாம், எப்படி, யாரிடம் புகார் மனு கொடுக்கலாம் என்பதைப் பற்றியும், அரசாங்கமே நிலத்தை வாங்கிக் கொண்டு அதன் நியாயமான கிரயத்தை எங்களுக்குச் சேர ஏதாவது வழி இருக்கிறதா என்பதைத் தயவு செய்து தெரியப்படுத்தும்படி கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

உங்களுடைய நிலத்தை வாரத்திற்கா, குத்தகைக்கா எப்படி உழவர்களுக்குக் கொடுத்திருக்கிறீர்கள் என்பது தெரியவில்லை. அதற்கு எழுத்து மூலமாக அவர்களிடம் ஏதேனும் ஆதாரம் இருக்கிறதா?

அரசாங்கம் பொதுநல வேலைகளுக்காகத் தனக்குத் தேவைப்படும் இடத்திலுள்ள நிலங்களைத்தான் ஆர்ஜிதப்படுத்திக் கொள்ளும்.

நீங்கள் குத்தகைக்கு (அ) வாடகைக்கு உழவர்களுக்கு உங்கள் நிலத்தைக் கொடுத்ததற்கு ஏதேனும் எழுத்து மூலம் சான்றுகள் இருக்குமேயானால், நீங்கள் ஒன்றும் செய்ய முடியாது. அவர்களுக்கே நிலத்தை வாங்குவதற்கான உரிமை இருக்கிறது. ஊர்ப் பெரியவர்களை வைத்து நல்ல விதமாக பேசி, அரசாங்கம் நிர்ணயித்த விலையில் விற்கப் பாருங்கள்.

முத்தையா செட்டியார் தேவகோட்டை.

என் தகப்பனார் சென்ற வருடம் காலமாகிவிட்டார்கள். அவர்கள் பேரில் பல சொத்துக்களும், வரவு செலவுகளும் இருக்கின்றன. என் தகப்பனாருக்கு நானும் என் சகோதரியும்தான் வாரிசாக இருக்கிறோம். எங்களுக்குள் எங்கள் சொந்தக்காரர்களை பஞ்சாயத்து வைத்து. நாங்கள் மனோராசியாக பஞ்சாயத்துக்கு சம்மதித்து சொத்துக்களை அடைந்து கொள்வதில் அரசாங்கத்துக்கு எவ்வித கட்டணங்களோ, துகைகளோ கொடுக்க வேண்டியது ஏற்படுமா? என் தகப்பனார் அவர்கள் இறந்த சமயத்தில் டெத்டூட்டி அமுலில் இருந்தது. இப்பொழுது டெத் டூட்டி இல்லையென்று அரசாங்கம் அறிவித்திருக்கிறது. இந்த நிலையில் என் தகப்பனாரின் சொத்துக்களுக்கு டெத் டூட்டி ஏற்படுத்தி அரசாங்கம் சட்ட பூர்வமாக வசூல் செய்ய முடியுமா?

தாங்கள் குறிப்பிடுவது எஸ்டேட் டூட்டியை. தங்களுடைய தகப்பனார் இறந்த சமயம் எஸ்டேட்டூட்டி அமுலில் இருந்ததால் அதைக் கட்டித்தான் ஆக வேண்டும். சொத்தின் மதிப்பைப் பற்றித் தாங்கள் குறிப்பிடாததால் எவ்வளவு கட்ட வேண்டியிருக்கும் என்று கூற முடியவில்லை.

ஆர். நாகராஜன், செம்பனார்கோவில்.

என்னுடைய தகப்பனாரின் சொந்த சம்பாத்யத்தில் சேர்க்கப்பட்ட சொத்தில் எனது

சகோதரர்களுக்குள் சமமாய் பங்கு போட்டுக் கொண்டு கர ஓலையாக (Pettion Deed) எழுதி ரிஜிஸ்தர் செய்யாமல் அனுபவித்து வருகிறோம். அந்த மனைக்கட்டில் நான் வீடு கட்டி உள்ளேன். அவ்வீட்டை என் பெயருக்கோ அல்லது என் மனைவி பெயருக்கோ ரிஜிஸ்தர் செய்ய வேண்டுமா? எத்தனை ரூபாய் பத்திரம் வாங்க வேண்டும். கர ஓலை செல்லுபடியாகுமா? விவரம் தேவை. கர ஓலை பத்திரப்படி மனைக்கட்டு எனக்குக் கொடுக்கப்பட்டது.

தமிழ்நாட்டுப் பதிவுச் சட்டப்படி மனையையோ, வீட்டையோ ரிஜிஸ்தர் செய்தே ஆக வேண்டும். கர ஓலை முறையெல்லாம் சட்டப்படி செல்லுபடியாகாது. தவிரவும் வீட்டிற்கு செலுத்த வேண்டிய வாடகை வரி, மின்சாரம் போன்றவற்றையெல்லாம் உங்கள் பெயரில் செலுத்த வேண்டும். எதிர்காலத்தில் இவையெல்லாம் உங்களுக்கு நல்லதும்கூட.

பத்ரப்பன், மைசூர்.

எனது தாத்தா வகையில் எங்களுக்கு ஒரு மூன்று ஏக்கர் நிலமும் வீடும் கிராமத்தில் (தமிழ்நாட்டில்) உள்ளது. எனது தாத்தாவும் பாட்டியும் இறந்துவிட்டனர். எனது தந்தையுடன் பிறந்தவர்கள் மூன்று பெண்கள். தற்சமயம் எனது தந்தை உட்பட அனைவரும் காலமாகிவிட்டனர். எனது அத்தைகளில் ஒருவருக்கு குழந்தை இல்லை. மற்ற இருவருக்கும் குழந்தைகள் உண்டு. அவர்கள் அனைவரும் தற்போது உள்ளனர்.

இந்தச் சொத்து 1927ம் வருட வாங்கப்பட்டது. எனது அத்தைகள் அனைவருக்கும் நான் பிறப்பதற்கு முன்னரே திருமணம் நடைபெற்றுவிட்டது. (அதாவது 1950ம் வருடத்திற்கு முன்னரே). சுமார் 1940 இருக்கலாம். ஏனெனில் எனது தந்தையார்தான் அவர்களில் கடைசியாகப் பிறந்தவர்.

இந்தச் சொத்து எனது அறிவு தெரிந்த காலத்திலிருந்து எங்களது அனுபோகத்தில் தான் உள்ளது. என்னுடன் பிறந்தவர்கள் இரண்டு பெண்கள். இருவருக்கும் திருமணம் நடந்துவிட்டது. தற்சமயம் அந்தச் சொத்தை விற்கஎண்ணி உள்ளோம். இதைஎன்னுடைய பெயருக்கு மாற்ற முடியுமா? விற்பதற்கான வழிகள் என்ன என்று கூறினால் மிக்க நன்றி

உள்ளவளாக இருப்பேன். தாஸ்தாவேஜுகள் என் தாத்தா பெயரில் உள்ளது.

உங்களுடைய தாத்தா எப்பொழுது இறந்தார் என்பதைப் பற்றிய குறிப்பு இல்லை: 1956ம் வருடம் பெண்களுக்கும் பரம்பரைச் சொத்தில் உரிமை வழங்கப்பட்டு சட்டம் இயற்றப்பட்டது. 1956க்கு முன் உங்களுடைய தாத்தா இறந்திருப்பாரேயானால், அவருடைய பிள்ளையான உங்களுடைய தந்தைக்கு முழுச் சொத்தும் வந்து சேரும். 56க்குப் பின் இறந்திருப்பாரேயானால், உங்களுடைய அத்தைகள், தந்தை அனைவருக்கும் சமமாகப் பங்கு பிரிக்க வேண்டும். நாலில் ஒரு பங்கே உங்களுக்கு உரியது.

இனி உங்கள் தந்தையின் பாகத்தைப் பற்றிப் பார்ப்போம். அவருடைய சொத்து, உங்களுடைய இரண்டு சகோதரிகளும், உங்களுக்கும் சமமாகவே பிரிக்கப்பட வேண்டும்.

நீங்கள் சொத்தைவிற்பதற்கு உங்களுடைய சகோதரிகள் சம்மதமும் (உரிமை இருப்பின் அத்தைகள் சம்மதமும்) பெறவேண்டும்.

ரோகிணி திருமலைராஜ், மதுரை.

நான், கதவு, ஜன்னல் திரைக்காகவும், தலையணை உறைக்காகவும், மதுரையிலுள்ள ஹாஜி மூசா ஜவுளிக் கடையில் ஒரு மீட்டர் ரூ 42/— வீதம் 7.50 மீட்டர்கள் வாங்கினேன். சாயம் போகாதல்லவா? என்று கேட்டதற்குச் சாயம் போகாது என்றும், அப்படிப் போனால் வாங்கிக் கொள்கிறோம் என்றும் கூறினார்கள். அதை வீட்டிற்குக் கொண்டு வந்து தைத்து ஒரு வாரம் உபயோகித்து விட்டு வீட்டில் சலவை செய்தேன். அத்துணிகளின் சாயம் போய்விட்டது; சுருங்கியும் விட்டது.

ஆகவே அதை அக்கடைக்குச் சென்று, துணியைக் காட்டி வேறு துணிகள் கொடுங்கள் என்று கூறினேன். அதற்கு அவர்கள் சாயம் போய்விட்டதால் எடுக்க மாட்டோம் என்றார்கள். மில் கம்பெனிக்குப் புகார் செய்கிறோம். பெயரைச் சொல்லுங்கள் என்று கேட்டதற்கும் மறுத்துவிட்டார்கள். இது எந்த வகையில் நியாயம்?

இக்கடிதத்தை மதுரை ஹாஜிமூசா ஜவுளிக் கடைக்கு அனுப்பியபோது வந்த பதிலிலிருந்து:—

உங்களுடைய வாசகி குறிப்பிட்டுள்ள டிபார்ட்மெண்டில், கர்ட்டன் சோபா கவர்களை டிரைகிளீன் மட்டுமே செய்ய வேண்டும் எனப் பெரிய போர்டே வைத்துள்ளோம்.

இப்படி போர்டு வைத்துள்ள பகுதியில் சிப்பந்திகள் வண்ணத்திற்குக் காரண்டி தருவார்களா எனத் தாங்களே அறிந்திருப்பீர்கள்.

தவிரவும் எந்தப் பொருளுமே அதைப் பாதுகாத்து வைக்கும் முறையிலேயே நீண்ட நாள் உழைக்கிறது.

எங்களுடைய வாடிக்கையாளர் தெரியாமல் செய்த சலவையினால் துணியின் வண்ணம் போயிருப்பினும், குறிப்பிட்ட மில் கம்பெனிக்கு தங்களுடைய வாசகியின் முறையீட்டை அனுப்பியிருக்கிறோம். சாதகமான பதில் வருமாயின் உடனே தங்களுடைய வாசகிக்குத் தெரியப்படுத்துகிறோம்.

— நெல்லையப்பன்.



நம் நாட்டில் விதர்பா பகுதியில் 1984 ஜூன் முதல் 1985 ஏப்ரல் முடிய 1200 பெண்கள் சந்தேகத்துக்கிடமான முறையில் இறந்துள்ளனரென்றும், அதில் 745 பேர் திருமணமாகி ஒரு ஆண்டு கூட முடியாத இளம் பெண்கள் என்றும், இறந்தவர்களில் பட்டப் படிப்பு, மேற்பட்டப் படிப்பு; படித்தவர்கள் 76 பேர் என்றும் அகில இந்திய வரதட்சணை எதிர்ப்பு இயக்கத் தலைவர் டாக்டர் ஓமா சகாரி தெரிவித்துள்ளார். நைரோபியில் அண்மையில் முடிவடைந்த பெண்கள் மாநாட்டில் டாக்டர் ஓமா இத்தகவல்களைக் கூறினார்.

— சீதாபங்க.

புண்ணிய காரியங்களை ஸங்கிராந்தியில் ஏன் அனுஷ்டிக்க வேண்டும்?

மேஷம் முதலிய பன்னிரெண்டு ராசிகளில் கிரமமாக மாதந்தோறும் சஞ்சரிக்கும் ஸூரிய பகவான், ஒரு ராசியிலிருந்து வேறு ராசிக்கு பிரவேசிக்கின்ற சமயம் ஸங்கரமணம் ஸங்கிராந்தி என்று சொல்லப்படுகிறது. அந்தப்புண்ணியகாலங்களில்செய்கிறஸ்நானம், தானம், ஹவ்யம், கவ்யம் முதலிய புண்ணிய காரியங்களுக்கு ஏழு வருஷம் ஸூரியன் நல்ல பலன்களைக் கொடுக்கிறார். ஆகையால் புண்ணிய காரியங்களை அவசியம் அனுஷ்டிக்க வேண்டும்.

<u>தேவலர்:</u> ஸங்கராந்தி சமயம் ஸூக்ஷ்மமானது, நம்மால் அறிய முடியாதது. ஆகையால் ஸங்கரமணத்திற்க்கு முன்பு முப்பது பின்பு முப்பது நாழிகைகள் புண்ணிய காலமாகும்.

ராசி	ஸங்கிரமணத்தின் நாமதேயம்	(ப்ருஹஸ்பதி வாக்குபலன்) புண்ணிய காலம்	புண்ணிய பலன்
மகரம்	உத்ராயணம்	பின் இருபது நாழிகை	கோடி புண்ணியம்
கும்பம்	விஷ்ணுபதி	முன்பும் பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
மீனம்	ஷடசிதி	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம்புண்ணியம்
மேஷம்	விஷீ	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம்புண்ணியம்
ரிஷபம்	விஷ்ணுபதி	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
மிதுனம்	ஷடசிதி	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
கர்கடகம்	தக்ஷிணயனம்	முன் இருபது நாழிகை	கோடி புண்ணியம்
சிம்மம்	விஷ்ணுபதி	முன்னும், பின்பும், பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
கன்னி	ஷடசிதி	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
துலா	விஷீ	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
விருச்சிகம்	விஷ்ணுபதி	முன்பும், பின்பும் பத்து ந்ழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்
தனுஸ்	ஷடசிதி	முன்பும், பின்பும் பத்து நாழிகை	ஆயிரம் புண்ணியம்

ஸம்க்ஷேப கர்மசாஸ்திரம்

அந்த சமயங்களில் கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் ஸ்நாக்குகளை வாங்கி நல்லோர்களுக்கு கொடுக்கவும்.

<u>இனிப்பு வகைகள்:</u> மங்களூர் போளி, தேங்காய்ப் போளி, ரஸமலாய், ஸோன்பப்டி, கேக், மாலாடு, ரவா லாடு, பாம்பேகாஜா, இனிப்பு சோமாஸ், முந்திரி



குழந்தையின் குரல்



குழந்தையின் குரல் அன்னையின் உடலி லும் உள்ளத்திலும் சில மாற்றங்களை, நெகிழ்ச்சிகளை ஏற்படுத்துகிறது. அதன் அழுகை தாயின் மார்பகங்களில் அதிக பால் சுரக்கச் செய்கிறது. ஒரு ஆராய்ச்சி யாளர் குழந்தையின் அழு குரலை டேப் செய்து ஒரு அலுவலகத்தில் போட்டுப் பார்த்தார்.

அங்கே வேலை செய்து கொண்டிருந்த அத்தனை பெண்களும், 'குழந்தைக்கு என்ன கோளாறு?' என்று கேட்டுக் கொண்டு தத்தம் வேலையினை அப்படியே போட்டுவிட்டு குரல் வந்த திசையில் ஓடி னார்களாம்.

இந்த அன்பும், அக்கறையும், ஆரம் பிக்கும் இடம் அன்னையா? குழந்தையா? ஆராய்ச்சியின் முடிவின்படி குழந்தை தான்.

குழந்தைக்கு சாதம் ஊட்டும்போது அம்மா வாயைத் திறக்கிறாள். அது சிரிக் கும்போது அவளும் சிரிக்கிறாள். இரு வருக்குமிடையே ஒரு இயற்கைத் தூண்டு தல் இருக்கிறது. குழந்தையின் குரல் பெண்ணுள் ஏற்படுத்தும் சலனம் அளவிட முடியாதது.

— எஸ். ஜெயந்தி ராகவன்.


பீம் 3 போனஸ்
வென்றிடுவீர் 7777 பரிசுகளை
வெல்வது எளிது வாக்கிய போட்டி இலவசம்
பீம் பெயின்பாம்
பெட்டிக்குள் போட்டியின் நுழைவுத்தாள் உள்ளது
மேலும் விவரங்களுக்கு உங்கள்
கடைக்காரரை அணுகவும்
தலைவலி ஜலதோஷம்
உடல்வலி நிவாரணி
Beam
PAIN BALM
Beam
PAIN BALM
பீம்
பெயின் பாம்
இது ஒரு ஆயுர்வேத தயாரிப்பு


இனி இச்செயல்
வேண்டவே வேண்டாம்!
தலைமுடி
உதிர்வதைத்
தடுக்க ஈறையும்,
பேனையும்
அகற்றுங்கள்!
வெல்வெட்
பேன் நாசினியை
உபயோகியுங்கள்
தலையில் உள்ள பேனையும்,
ஈறையும் அறவே ஒழிக்க
வெல்வெட் பேன்
நாசினியை உபயோகியுங்கள்
பென்சோகெயின்
கலந்துள்ளதால்
ஈறை கொல்லும்
சக்தி உள்ளது.
வெல்வெட் சிறந்த
பேன் நாசினி
Velvette
LICE OIL
-தீங்கற்றது-
சிறிய
பாக்கெட்
ரூ 1/-
Velvette
LICE OIL
தயாரிப்பாளர்கள்:
∴பார்மா கேர் பி. லிட்.,
கிருமாம்பாக்கம், பாண்டிச்சேரி-607 402

ராசிபலன்

ஜனவரி 86

மேஷம்



உங்களுடைய கவலை மேகங்கள் மெதுவாக மறையத் தொடங்கும் கால மிது. வயதில் இளையவர்கள் பொறுப்புணர்ந்து உங்களுடைய சுமை களைத் தாங்க முன்வருவார்கள். பண விஷயத்திலும் உடல் உழைப்பிலும் உதவக் கூடிய நண்பர்கள் சேருவார்கள். உங்களுடைய தெய்வ நம்பிக்கை யும், தன்னம்பிக்கையும் நல்ல பலனைத் தரும். ஆனால் அளவுக்கு மிஞ்சி ஆசைப்படாதீர்கள்.

ரிஷபம்



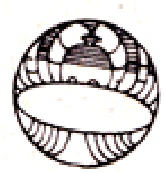
சொத்து விவகாரங்களில் தடங்கல் மேல் தடங்கல் என்றிருந்த நிலைமை மட்டுப்படும். கோர்ட் விவகாரங்களிலும், அரசாங்க அலுவல்களிலும் உங்களுக்குச் சாதகமான பலன்களே உண்டாகும். அரசாங்க உத்தியோகத் தில் இருப்பவர்களுக்கு மிகவும் சுறுசுறுப்பான மாதமாக அமையும். பணம் ஓரளவுக்குச் செலவழிக்கின்ற நிலைமையே இருக்கும்.

மிதுனம்



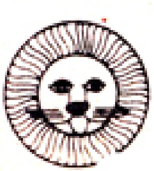
குடும்பத்தினரிடையே இதுவரை இருந்து வந்த மனவேற்றுமையும், சஞ் சலங்களும் ஓரளவு தீர ஆரம்பிக்கும். வீட்டில் நடக்கவிருக்கும் சுப நிகழ்ச்சியின் காரணமாக குடும்ப ஒற்றுமை மேம்படும். தாம்பத்ய விரி சல்களும் மறையும். ஆனால் உடல் நிலையைக் கவனமாகப் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். பணத் தட்டுப்பாடு அதிகம் இராது. கடன் உபாதை களும் குறையும்.

கடகம்



பொது மக்களுடன் தொடர்பு அதிகமுள்ள துறையில் உள்ளவர்களுக்கு இம்மாதம் புகழ் மிக்க மாதமாக அமையும். நண்பர்கள் உறவினர்களிடை யேயும் நல்ல பெயரும், புகழும் உண்டாகும். அரசாங்க உத்தியோகத் தில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வுக்கான சாத்தியக் கூறுகள் அதிகம். கணவன்மார்களின் உதவியால் தெய்வ யாத்திரை போன்ற மனநிம்மதிக் கான வழிகள் உண்டாகும்.

சிம்மம்



அவசரப்பட்டு பெரிய வியாபாரத்தில் இறங்கவோ, பெரும் பணத்தைச் செலவிடவோ செய்யாதீர்கள். உங்களுடன் இருப்பவரை முழுமையாக விசாரிப்பது நல்லது. சொத்து விவகாரங்களை முடிவு செய்பவர்கள், தீர யோசித்துச் செய்வது நல்லது. நின்று நிதானித்துச் செயல்பட, உங் களுடைய அன்பான குடும்பமும் புகழ் தேடித் தரும் குழந்தைகளும் உதவுவார்கள். பண விவகாரங்களில் தட்டுப்பாடு இராது.

கன்னி



வெகு நெருங்கிய நண்பராக இதுநாள்வரை இருந்தவர் மன அதிருப்தியும், சந்தேகமும் கொள்ளலாம். அவரைப் பொறுத்தவரை விரைவில் முடிவெடுப்பதால், எதிர்காலத்தில் பல சிக்கல்களைத் தவிர்க்கலாம். பண விஷயத்தில் அதிகக் கஷ்டமிராது. குடும்பத்தில் அன்பும் அமைதியும் நிலவும்.

துலாம்



வாழ்க்கையில் நீங்களாக எடுத்துக் கொண்ட முடிவின் காரணமாகப் பல பிரச்னைகளைச் சந்திக்க நேரும். பிடிவாத குணத்தையும், உங்களைப் பற்றியே சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதையும் விட்டுவிடுவது நல்லது. கணவரின் அன்பும், ஆதரவும் நல்ல நிலைமையில் இருக்கும். மேற்படிப்பு அல்லது வேலை நிமித்தமாக வெளியூர்ப் பிரயாணங்கள் உண்டாகும்.

விருச்சிகம்



நீண்ட நாட்களாக எதிர்பார்த்து வந்த கடனுதவி இம்மாதம் கிடைக்கக் கூடிய சாத்தியக்கூறுகள் உண்டு. வேலையை எதிர்பார்த்திருப்பவர்களுக்கும் சாதகமான பலன் கிடைக்கும். எழுத்தாளர்களுக்கு நல்லாதரவு உண்டு. சுற்றுப் பயணங்களை மேற்கொள்ளக் கூடிய அவசியங்கள் உண்டாகும். குடும்பத்தினரிடையே சுமுகமான உறவுகள் இருக்கும்.

தனுசு



பொன்னான வாய்ப்பொன்று உங்களை நோக்கி வரவிருப்பதால் சமயோசிதமாக அதைப் பயன்படுத்திக் கொள்வது நல்லது. எதிர்பாராத விதமாகப் பண வரவு உண்டாகும். நீங்கள் நீண்ட நாட்களாக எதிர்பார்த்து வந்த நற்செய்தி இம்மாதம் கிடைக்கும். குழந்தைகள் அல்லது உடன் பிறந்தவர்களால் ஓரளவு மனச்சஞ்சலங்கள் உண்டாகும்.

மகரம்



உங்கள் வழியில் குறுக்கிட்டு வந்த சட்டப் பிரச்னைகளுக்குத் தீர்வு கிடைக்கும். அதிர்ஷ்டமான வாய்ப்பு ஒன்று உங்களை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கிறது. நீங்கள் ஈடுபடும் முயற்சிகளில் வெற்றி உங்கள் பக்கமே இருக்கும். பணமும் புகழும் நீங்கள் செல்லும் இடங்களைத் தேடி வரும். திருமண நாளை எதிர்பார்த்திருப்பவர்களுக்கு நல்ல செய்தி வரும்.

கும்பம்



உங்களுடன் அந்தரங்கமான நட்பு உள்ளவரிடம் ஓரளவு ஜாக்கிரதையாகவே பேசுவது நல்லது. விவாதங்கள், விவகாரங்களில் கொண்டு முடியும். உடல், மனநிலை ஓரளவு பாதிக்கப்படலாம். இன்னும் சிறிது தைரியத்தையும், சுயமாக முடிவெடுக்கும் திறமையையும் வளர்த்துக் கொள்வீர்களேயானால் எதிர்காலம் அற்புதமாக அமையும்.

மீனம்



நீங்கள் மேற்கொள்ளவிருந்த பிரயாணம் ஒன்று தள்ளிச் செல்லவோ அல்லது மறுக்கப்படவோ செய்யலாம். மேலதிகாரிகளுடன் அதிக விவாதங்களில் ஈடுபடாமல் இருப்பது நல்லது. சிரமங்களை ஏற்கும் தைரியமும், பொறுமையும் உங்கள் வசம் நிறையவே இருப்பதால் கூடிய விரைவில் நிலைமை மாறிவிடும். கடின உழைப்பிற்குத் தக்க பலன் கிடைக்கும்.

திருமண மலர்

திருநெல்வேலி — சைவ வேளாளப் பிள்ளை. அழகான. சிவந்த நிறமான, வயது 23. குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு அதே குலத்தில் படித்த. அரசு அலுவலகத்திலோ, தனியார் துறையிலோ நிரந்தர பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. குடும்ப விபரத்துடனும். ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2941.

பலிஜா நாயுடு. பி.ஏ. படித்த. தெலுங்கு. கன்னடம். தமிழ். ஹிந்தி தெரிந்த 31 வயதான குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்குத் தகுதியான மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதமே. பெட்டி எண்: 2942.

பலிஜா நாயுடு. எம்.ஏ. எல்.எல்.பி. படித்து வழக்கறிஞராகப் பயிற்சி செய்து வரும். தெலுங்கு. தமிழ். கன்னடம். ஹிந்தி தெரிந்த 30 வயது பெண்ணிற்குப் பொருத்தமான மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதமே. பெட்டி எண்: 2943.

எம்.எஸ்ஸி. படித்து லெக்சரர் வேலையில் இருக்கும். 24 வயது முதலியார் பெண்ணுக்கு. அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த. நன்றாகப் படித்து நல்ல வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 2944.

ஆத்ரேய கோத்திரம். வடநாட்டு பிரஹசரணம் கேட்டை நட்சத்திரம் 28 வயது. தேசிய வங்கியில் ஆபீஸராகப் பணிபுரியும் 5' 8'' உயரமுள்ள வரனுக்கு மிக லக்ஷணமான நன்கு சிவப்பான ஒல்லியான, உயரமான. குடும்பப்பாங்கான பெற்றோர் இருவரும் உள்ள பட்டதாரியான 23 வயதுக்குள் உள்ள பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் குடும்ப விவரத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 2945.

பாரத்வாஜ கோத்திரம், வடமாள், வயது 27, எஸ். எஸ். எல். ஸி., சதயம் நட்சத்திரம். உயரம் 5 அடி 2 அங்குலம் உள்ள பெண்ணுக்கு அரசு அலுவலில் உள்ள வரன் தேவை. பாரத்வாஜ கோத்திரம். வடமாள், வயது 25, சதயம் நட்சத்திரம். உயரம் 5 அடி 5 அங்குலம் உள்ள பையனுக்குக் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பையன் படிப்பு (எம். ஏ. பி. எட்.,) பெண் கொடுத்துப் பெண் எடுக்க சம்மதம். ஜாதகம் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 2946.

கார் டிரைவராக வேலை பார்த்து மாதம் ரூ. 1500/— சம்பாதிக்கும் உயரம் 5' 6,'' கிறிஸ்டியன் நாடார் பையனுக்கு. அதே பிரிவைச் சேர்ந்த இங்கிலீஷ் எழுதப் படிக்கத் தெரிந்த. 23 வயதுக்கு உட்பட்ட மணமகள் தேவை. தமிழில் மாத்திரம் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2947.

பிரஹசரணம். கௌசிக கோத்திரம். பரணி. திருவோணம் (ஒன்றுவிட்ட சகோதரிகள்). இருவரும் 12 வது வகுப்பு, டைப் ரைட்டிங் (தமிழ். ஆங்கிலம் — ஹையர்), தையல் மற்றும் குடும்ப நிர்வாகத்தில் தேர்ச்சி நிரந்தர வேலையில் இல்லை — மாதிரம் — எளிய முறையில் திருமணம் — குடும்ப விபரம். ஜாதகத்துடன் எழுதவும் — மணமகன் வயது 30 முதல் 32 வரை. பெட்டி எண்: 2948.

சௌராஷ்டிரா குலம். ஸ்வண மகரிஷி கோத்திரம். உத்திரட்டாதி. வயது 30. உயரம் 5' 2'' உள்ள தேசியமயமாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும், சம்பளம் ரூ. 2000 உள்ள பையனுக்கு. படித்த வங்கியில் பணிபுரியும் சௌராஷ்டிரா பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2949.

சென்னையில் மாநில அரசு மாதம் ரூ. 620 திருநெல்வேலி இந்து சைவ வெள்ளாளர், எஸ். எஸ். எல். ஸி., 29. வரனுக்கு அதே இனத்தில் அரசு தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் மணமகள் வயது 25 க்குக் கீழ் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2950.

அரசுடைமையாக்கப்பட்ட வங்கியில் பணிபுரியும் கவரை நாயுடு (தாதர்) ஜாதியைச் சார்ந்த 5' 8'' உயரம் உடைய அழகான 28 வயது மணமகனுக்கு எம். பி. பி. எஸ். படித்த. வங்கியில் பணிபுரியும் அல்லது வசதியான குடும்பத்தைச் சார்ந்த நன்கு படித்த பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 2951.

ஆத்ரேய கோத்திரம். பிரஹசரணம். பரணி நட்சத்திரம். 28/162/1400. பட்டதாரி இளைஞருக்கு. வேலையில் உள்ள / இல்லாத மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விபரங்களை ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 2952.

இந்து சோழிய வேளாளர் வகுப்பைச் சார்ந்த 36 வயது நிரம்பிய எஸ். எஸ். எல். ஸி. மற்றும் ஐ. டி. ஐ. (எலக்ட்ரானிக்ஸ்) படித்துள்ள பெண்ணுக்கு நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள இதே வகுப்பைச் சார்ந்த மணமகன் தேவை. இரண்டாம்தாரமாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: எஸ். ராஜேந்திரன், C/o. போஸ்ட் மாஸ்டர், தஞ்சாவூர்.

வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், வயது 30, கல்வித் தகுதி எஸ். எஸ். எல். ஸி., திருச்சிராப்பள்ளி மாவட்டத்தில் அரசுத் துறையில் டைப்பிஸ்ட் வேலையில் மாதம் ரூ. 900/— பெறும் குடும்பப்பாங்கான மணமகளுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த. படித்த. கௌரவமான வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 2953.

சௌராஷ்டிர இனம். நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த எலக்ட்ரானிக்ஸ் டிப்ளமா படிப்புடன் வீட்டு வேலைகள் நன்கறிந்துள்ள குடும்பப்பாங்கான 20 வயது பெண்ணுக்கு. அதே இனத்தில் கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வேலையில் இருக்கும் 30 வயதுக்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2954.

முதலியார், எம். ஏ. எம். பில்., பி. எட்., அரசினர் பள்ளியில் மேல் வகுப்பு ஆசிரியர், நல்ல சிவப்பு, 5½ அடி உயரமுள்ள சிறிது பார்வையற்ற மணமகனுக்குப் படிப்புள்ள முதலியார் மணமகள் தேவை. வரதட்சணை வேண்டாம். முகவரி: கே. திருமூர்த்தி, 3, வடக்கு பெருமாள் கோயில் வீதி, ஈரோடு.

லோகித கோத்திரம், வயது 29, சம்பளம் 1000/—, இராணுவத்தில் வேலை பார்க்கும் தெலுங்கு பிராம

ளுன் நியோகி மணமகனுக்குத் தாய் இல்லை. வேலையில் உள்ள அழகான மணமகள் தேவை. மற்ற உட்பிரிவுகளும் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2955.

எம். பி. பி. எஸ். டி. ஜி. ஓ., சைவ வேளாளர் பிள்ளை, 28 வயது சிகப்பு நிறம், அரசுத்துறை மணமகனுக்கு. இந்து சைவ/ அசைவ வேளாளர் பிள்ளை (அல்லது உட்பிரிவுகள்) இன டாக்டர் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 2956.

அஷ்டசகஸ்ரம், காசியப கோத்திரம், திருவோணம் நட்சத்திரம், பி. காம். பட்டதாரி, வயது 31, வங்கியில் பணி, மாதச் சம்பளம் ரூ. 2000/— முதல் மனைவியை இழந்தவர். ஒரு வயதில் குழந்தை உண்டு. குடும்பப் பாங்கான, அழகான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2957.

26/165/1300 பி. ஈ. கடைசி வருடம் படித்துக் கொண்டே பணிபுரியும் (J. E. In Govt.) மணமகனுக்கு அழகான, சிவந்த நிறமுள்ள வேலையில் உள்ள/ இல்லாத பட்டதாரிப் பெண் தேவை. (தாய்: பிராமணர் -தந்தை: பிள்ளை.) இவர்களைப் போன்றோரும், பிராமணர்களும் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2958.

சைவ வேளாள முதலியார், 1954, 5' 5'' எஸ். எஸ். எல். சி., தனியார் துறை, ரூ. 1,350/— சம்பளம் வாங்கும் வரனுக்கு, அழகான, குடும்பப்பாங்கான வேலைக்குப் போகும் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 2959.

'தமிழக அரசுப் பணியில் இருக்கும் கருணீகர் 35/165/1100 பி. எஸ்.ஸி., பி. எட்., (எம். எஸ்.ஸி.) மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் அரசு/பேங்க் வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2960.

ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், அசுவினி, 1954, 5' 11'' பி. ஈ., தனியார் துறை ரூ. 3,000/— சம்பளம் வாங்கும் வரனுக்கு அழகான, படித்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2961.

சௌராஷ்டிரா குலம், சவனக கோத்திரம், மகம் நட்சத்திரம், வயது 43, பி. ஈ. எலக்ட்ரிகல், நல்ல சம்பளம். விவாகரத்து செய்து கொண்ட மணமகனுக்கு அழகும், பண்பும், குணமும் கொண்ட சௌராஷ்டிரா மணமகள் தேவை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண்: 2962.

நான்கு வருடங்களுக்கு முன் திருமணமாகி, 3 மாதங்களுக்குள் பல கொடுமைகளுக்கு ஆளாகித் தற்போது விவாகரத்துப் பெற்றுள்ள 36 வயது பி. எஸ்.ஸி. காசியப கோத்திரம், அழகுள்ள ஐயங்கார் பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பரந்த மனப்பான்மையும், இரக்க சிந்தையும், நல்ல குணமும், பழக்கமும் சென்னையில் நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள 45 வயதுக்கு உட்பட்ட வரன் தேவை. மனைவியை இழந்த, குழந்தை இல்லாதவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 2963.

கார்காத்தார் 19 வயதுள்ள, அழகான 'சிவப்பு நிறம், 5' 4'' உயரமுள்ள அமெரிக்காவில் கம்ப்யூட்டர் டெக்னலஜி படித்து வரும் பெண்ணுக்கு அதே குலத்தைச் சார்ந்த எம். பி. ஏ. எஸ். பட்டதாரி தேவை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: இரா. முத்தையன், திருமியச்சூர் போஸ்ட், 609 405, (வழி) பேரளம், தஞ்சை மாவட்டம்.

வடமாள், நைத்ருவ காசியப கோத்திரம், விசாகம் நட்சத்திரம், 21 வயதுள்ள, நல்ல குடும்பத்திலுள்ள பெண்ணிற்கு 27—28 வயதிற்குள் நல்ல வேலையிலுள்ள வரன் தேவை. பெண் இரண்டாம் ஆண்டு பி. காம் படித்துக் கொண்டு இருக்கிறாள். உயரம் 5' 5''. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 2964.

பி.எஸ்.ஸி., 25 வயது, ரோகிணி, சோழிய வேளாளர் பிள்ளை, சைவப் பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த மாநில அரசு, மத்திய அரசு, பாங்கு அல்லது நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. எளிய திருமணம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2965.

நைத்ருப காசியப கோத்திரம், வடமாள், ரேவதி நட்சத்திரம், 37 வயது, எஸ். எஸ். எல். சி. வரை படித்த, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த, நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2966.

காசி மகரிஷி கோத்திரம், பரசம்குலம், அவிட்டம் தேவாங்க செட்டியார் — தனியார் நிறுவனத்தில் ரூபாய் 1000க்கு மேல் வருமானம் — வயது 27, 5' 6'' மாநிறம் உள்ள வரனுக்கு, அதே இனத்தைச் சேர்ந்த வேலைக்குச் செல்லும் மணப்பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 2967.

இந்து நாடார், வயது 29, மாநிறம், கல்வி பி.யூ.சி., சொந்த நிறுவனம் மூலம் மாதம் ரூ. 2000/— வருமானமும், வசதியுமுள்ள வரனுக்கு, அழகுள்ள, குடும்பப் பாங்கான பெண் வேலையில் உள்ளோரும், இல்லாதவராயினும், இளம் விதவைகளும் எம்மதத்தினரும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2968.

சைவ வெள்ளாளர், 27 வயது, சிவப்பு நிறம், அழகிய குடும்பப்பாங்கான, முதுநிலைப் பட்டதாரி பெண்ணுக்கு, அதே மரபைச் சேர்ந்த, நல்ல பணியில் அமர்ந்திருக்கும் பையன்களின் பெற்றோர்களிடம் இருந்து, திருமண கடிதப் போக்குவரத்து எதிர்பார்க்கப்படுகிறது. பிறப்பு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2969.

செங்குந்த முதலியார், எஸ். எஸ். எல். சி., வயது 21, தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, தனியாக சொந்தத் தொழில் உண்டு. சொந்த வீடு, 5 அடி 5 அங்குலம், ஆயில்யம் நட்சத்திர மணமகனுக்கு அழகும், குணமும் உள்ள மணமகள் தேவை. குடும்ப விவரம் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். ஜாதி பேதமில்லை. பெட்டி எண்: 2970.

அஷ்டசகஸ்ரம், பாதநாராயண கோத்திரம் 27 வயது, ஒல்லியான, சிவப்பான, குடும்பப்பாங்கான, ஒன்பதாவது வரை படித்துள்ள, தாய்—தந்தையற்ற பெண்ணிற்கு ஏற்ற பையன் தேவை. பெண்ணிற்கு ரூ. 200 சம்பளம் தற்போது. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2971.

வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், உத்திரட்டாதி, 34, எஸ். எஸ். எல். சி., படித்த, தனியார் கம்பெனியில் சென்னையில் தட்டெழுத்தராகப் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 2972.

சௌராஷ்டிரா, ஜாபாலி கோத்திரம், பி. காம் பட்டதாரி, 5' 4'' வயது 24½, மாநிறமுள்ள, குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு, அதே குலத்தில், இன்ஜினியர், சி. ஏ., வங்கி அதிகாரி முதலிய நல்ல வேலையில் உள்ள தகுந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 2973.

வடகலை, கௌண்டின்ய கோத்திரம், சித்திரை நட்சத்திரம், கிராஜுவேட், 20 வயதுடைய சென்ட்ரல் கவர்ன்மெண்டில் வேலையில் உள்ள பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. தென்கலையும் வரவேற்கின்றோம். சிறப்பாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 2974.

ப்ரஹசரணம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், ரேவதி நட்சத்திரம், பி. காம் படித்த பேங்க் வேலையில் உள்ள 24 வயதுடைய இன்கம் டாக்ஸ் ஆபிஸரின் ஒரே பெண்ணிற்குத் தகுந்த இன்ஜினியர், டாக்டர் சி. ஏ. வரன் தேவை. சிறப்பாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். வடமாள் அஷ்டசகஸ்ரம், வெளிநாட்டில் உள்ள வரன்களையும் வரவேற்கிறோம். பெட்டி எண்: 2975.



கிரௌன்

காயகல்பம்



ஆரோக்கிய வலிமைதரும் ஆராய்ச்சி சஞ்சீவி!
தங்கபஸ்பம் அடங்கியது!
அனைவருக்கும் ஏற்றது! பத்தியம் எதுவும் இல்லை!

தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட கற்ப மூலிகைகளையும்,
தங்கம் முதலிய நவலோகப் பற்பங்களையும்
நவீன விஞ்ஞான அடிப்படையில் ஒன்றாக
இணைத்து உருவாக்கப்பட்டுள்ள
கிரௌன் காயகல்பம் ஆரோக்கிய வலிமையை
வளர்த்து நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை
வலுப்படுத்தப்படுகிறது! புத்துணர்வை ஊட்டி,
எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாக இயங்க உதவுகிறது!

இன்பமயமான வாழ்க்கையை மனநிறைவோடு
சுவைக்க கிரௌன் காயகல்பம்!

தயாரிப்பாளர்கள்
கிரௌன் ஹெர்பல் ப்ராடக்ட்ஸ் 55, ஹாரிஸ் ரோடு, சென்னை-600 002.
விநியோகஸ்தர்கள்: கிரௌன் பார்மசூடிகல் ஏஜென்சீஸ் 2, சப்பராயமுதலிய தெரு, சென்னை-600 002.

Distributors for Malaysia: M/s. Koperasi Belia Majujaya (M) Berhad, Wisma Anbananthan
88, Jalan Brickfields Kuala Lumpur, Malaysia Phone: 443748 442100.

M/s. P. Govindasamy Pillai S'pore (Pte) Ltd., 46, 48, 50 & 52, Sarangoon Road,
Singapore — 0821 Phone: 3372050.

வடகலை ஐயங்கார், ஆத்ரேய கோத்திரம், உத்திரட்டாதி நட்சத்திரம், 28 வயதுடைய பேங்க் மேனேஜர் வேலையில் உள்ள, மிக அழகான பெண்ணிற்குத் தகுந்த வரன் தேவை. தென்கலையும் வரவேற்கிறோம். பெட்டி எண்: 2976.

வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், ஆயில்யம் 3 ம் பாதம், கிராஜுவேட், ரயில்வேயில் கிளார்க், ரூபாய் 1400/– சம்பளம், 28 வயதுடைய ரயில்வே ஆபீஸரின் ஒரே பெண்ணுக்குத் தகுந்த வரன் தேவை. பிரஹசரணமும் வரவேற்கின்றோம். சிறப்பாகத் திருமணம் செய்து கொடுக்கப்படும். பெட்டி எண்: 2977.

சென்னையில் மத்திய அரசில் பணிபுரியும் சிவந்த நிறமுடைய பையனுக்கு, மிகச் சிறந்த நிறமுடைய, 5' 5'' உயரத்திற்குக் குறையாத வாளிப்பான தோற்றமுடைய, வீட்டு வேலைகளில் நல்ல தேர்ச்சியுடைய பிராமணப் பெண் தேவை. பையனின் வயது 28, மாதச் சம்பளம் ரூ. 1200/–, பட்டதாரி, உயரம் 5' 9,'' சென்னையில் சொந்த வீடு உண்டு. வசதியான குடும்பம். வன்னியர். வரதட்சணை தேவையில்லை. முழு விபரம் அனுப்பவும். பெண்ணிற்கு நல்ல நிறமும் தோற்றமும் மிக முக்கியம். பெட்டி எண்: 2978.

Alliance invited from non-Srivathsa Graduate Bride for vadagalai, visakam Boy of 33 years working in Public Sector Undertaking, Salary Rs.1,300/- p.m. Correspond with horoscope to Box No.2979.

Non-Bharadwaja Vadama Iyer Graduate Groom decently placed in Govt/Public Sector preferably in Bangalore for Only daughter SSLC 24/156 cms of Senior level Class I Officer of Karnataka Govt. B'lore. Subsects no bar. Correspond to Box No.2980.

Wanted decently employed Iyengar Groom for Vadagalai Bharatwaja Girl, Star Uthiram, M.Sc., employed in private Christian Missionary School, near Tiruchirapalli Salary Rs. 1500/- 29/5' 2". Sub-sect no bar. Apply with Horoscope to Box No.2982.

Educated well settled, suitable Non-Shedamarshna alliance for Palaghat Iyer girl, Medical Graduate 31 yrs/160 cm. simple, slim built, fair complexioned Thiruvadharai star, Ashtasahasram. Not particular of Horoscope or of the same sub-sect. Reply to Box No. 2983.

Vaniyam Chettiar Girl, good-looking, slim 24 years 5' 4". Fair complexioned, B.A., Hindi Pandit, residing in Karnataka, requires an alliance from the same sect, having a permanent employment. Graduate prefered. Reply to Box No. 2984.

Alliance invited from educated, tall, forward caste, fair complexion Girls below 25 for 31 year Post-Graduate Engineer, Vegetarian, Tamil Catholic Salary 3500 p.m. Reply to Box No. 2985.

Alliance invited for Mudaliyar Bachelor S.S.L.C./ 31/5½ feet/1600 employed Govt. Undertaking Bombay from employed girl, divorced, widowers. Bombayeties preferred. Contact by post only. D. Shamnugavel, K. 363, B.D.L.B. Colony, Deonar, Bombay-400 088.

Alliance invited from parents of Non Oupamanya Gothra Iyer Girls preferably employed Bombay based or Transferable from elsewhere for Vadhimal Kerala Iyer Boy 32 Officer in reputed firm, owns flat. subsect no bar. Write with Horoscope to S. Narayanan, 8, Anandashila Bldg, Tilaknagar P.O. Opp. Meena Apartments, Dombivli East, Pin. 421201. Maharashtra.

Alliance for fair good looking Telugu Mulakanadu Brahmin Girl Salasya Gothram Sudha Jathagam Thiruvonam 26 years. Matriculation School Teacher near Nāmakkal. Non-transferable. Sub-sect no bar. Reply with Horoscope to Box No. 2986.

Alliance invited with Horoscope with Dosham from SSC/Pre Degree passed Central Govt/Bank or any other transferable service employed Vadama Girls for Boy 34/160/Swati/Kausiga Undergraduate employed in Private Company. Reply to Box No. 2987.

Alliance invited with Horoscope from Graduate Central Govt/Bank or any other transferable Service employed Vadama Girls for Boy 28/170/Uttiradam/ Kausiga Graduate Bank Employee. Reply to Box No. 2988.

Alliance invited for Vadagalai Iyengar spinster, 42 yrs. Mrigasirisham, domestically trained from Non-Srivatsa broad-minded bachelors/widowers without encumbrances in the age group 45-48. Early, simple marriage. Box No. 2989.

Wanted suitable tall fair Graduate employed Girl, preferably in Central Govt, Central Govt Undertakings, Banks etc for a Naidrupa-Kasyapa Vadama very fair Graduate Groom 31/175/1600. Sub-sect acceptable. Horoscope and details to Box No. 2990.

Alliance from beautiful Graduate/Post Graduate Girls, preferably Bank employed/Asst. Professors for Post-Graduate Bank Officer, 34, fair, Hindu. Rs. 3,000/- Propertied, well-settled, Divorcee without encumbrance. Caste no bar. Reply to Box No. 2991.

Bombay settled Saiva Vellala Pillai parents, well to do family, brother having small scale industry, seeks alliance for their only daughter 27 years very fair, Graduate, employed as teacher. Well placed Boys need apply to Box No. 2992.

Wanted Non-Kousika Iyer Boy Post Graduate/ Professional decently employed below 29 Palghat/ Tirunelveli Origin for 21/168 Graduate homely beautiful Girl Vadama Iyer Bharani with one Dhosha. Horoscope matching essential. Reply to Box No. 2993.

Wanted well-established, Post-Graduate South Indian Brahmin 37-39 years from good family for beautiful Iyengar girl 36 years, 5'4" well-to-do, earning over Rs. 2,000/- p.m. in Govt. Company, Delhi, daughter of retired senior civil servant, Box No. 2994.

Bank Technical Officer. Engineering Post Graduate 33/165/3900 Hindu Valluvar, invites proposals from parents of good looking educated brides. Inter caste no constraint. Box No. 2995.

A young and beautiful widow (with one child) of 26 years employed in a Central Govt service seeks alliance from broadminded, well to do Grooms. Box No. 2996.

Wanted Bridegroom for 30 years 5 ft. PUC qualified having knowledge of Typewriting and Vocal Haritha Gothram Ashtasagasram Girl. Working in pvt. firm at Trichy. Non transferable job. Contact Box No. 2997.

Non-Gauthama Brahacharanam decently employed for fair looking deomestically well trained employed Graudate Girl. Star Poorattathi Kumbha rasi. 35 years. Please reply with Horoscope to Box No. 2998.

Wanted non-Bharatwaja, tall, qualified, well settled groom, below 43 years for 36 year old Vadama, Graduate Bride, employed public sector. Subsect no bar. Horoscope optional. Apply to Box No. 2999.

திருமணமலர்ப் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 30/— தொகையை 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்கு போஸ்டர் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்ப வேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒருவருக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தரவேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்...... C/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை 600 032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

Alliance invited from Solia Vellala Girl, tall, fair, beautiful, educated about 24 years for Diploma Electronics Engineer, Central Govt. Rs. 1600/- p.m. Handsome, excellent character, propertied, Hyderabad based. Box No. 3000.

Wanted well qualified and decently employed bachelor Groom for Bride aged 33, Iyer, Athreya, Ashtasahasram, fair, Post Graduate in Physics, holding gazetted post in Central Government in Bangalore. Subsects welcome. Box No. 3001.

A Hindu Saiva Vellala Boy aged 28, working in a leading Nationalised Bank as an Officer invites alliances from either employed Girls (Central Govt. Depts) or educated, unemployed Girls. Box No.3002.

Employed Hindu Girl of any caste for Central Government employed Graduate, Tamilian, Madras 28/163 Salary Rs. 1050/-. Box No. 3003.

Telugu Brahmin Niyogi Non-Srivathsa Bride preferably employed for Medical Representative 30/165 B.A. 1200/- and for his Brother running Typewriting Institute 27/160 B.A. 1500/-. Reply to Box No. 3004.

Alliance invited for Choliavelala non-vegetarian Post Graduate Groom employed in very reputed Company in Coimbatore drawing around Rs. 2500/- p.m. Bride should be a good-looking Graduate of below 26. Self-depending Girls with progressive views can also apply. Please contact Box No. 3005.

Wanted well placed/qualified, affectionate, handsome bridegroom below 30 for beautiful, slim, Graduate, home-loving, domestically trained, non-working, respectable Iyer Brahacharanam, Anusham Girl 23/158. Subsects acceptable. Contact S. Nilakantan, 53, IV St., Natarajapuram South, Thanjavur-613 007.

Groom for Kannada Madhwa Girl, Gargasi Gothram, Kettai Star, aged 29 Upper Division Clerk, Postal Service Rs. 1,200/- Government service preferred. Widowers without encumbarance within 37 years may also correspond to Box No. 3006.

Wanted moderately educated, good-looking, pious Girl from any sub-sect of Tamil Hindu Community for a nice guy of Vandayar Caste working as Systems Engineer, earning more than $ 30,000/- per annum, in California. Please contact the Boy directly with full particulars. Mr. P. Annadurai, 511, Walker Drive , 10, Mountain View, California-94043 (USA).

Alliance invited for Vadakalai, Pusam, 152 cm, 23 years Graduate Girl unemployed, domestically trained, very fair looking, goodnature, settled in North. Only vadakali employed good respectful family settled in north apply with Horoscope and family details to Box No. 3007.

Wanted a decently employed Non-Kowsika Kannada Madhwa Bridegroom below 35 for Graduate Bride employed in Nationalised Bank. Her left leg is slightly affected by polio. Broad-minded persons willing to overlook this may kindly reply to Box No. 3008.

Well educated, decently placed Groom for assistant Professor at Coimbatore. Just 35. 64" Rs. 2000/- fair, young, and decent looking. Owns housesite at Coimbatore. Sponsored to U.S.A. Box No.3009.

Alliance invited from Private/Govt. employed Non-Kausika Iyer Boys upto 33/34, for Vadama 28 years Makam SSC Typewriting qualified home-loving Girl presently Private employed in Trivandrum. Contact Box No. 3010.

Vadama Girl above 160 cms around 22 years for Haritha Ayilyam Graduate 26 affluent family. Well employed. Box No. 3011.

Alliance invited for Vadama Iyer Girl 23, Sreevatsa Gothram, Punar Pusam, Computer professional in Central Government earning four figure salary. Brother in U. S. Box No. 3012.

Wanted Non-Bharatwaja Iyer Girl Graduate B.Sc/ B.Com. fair good-looking amicable dispositon, domestically trained for State Bank Employee 4 years Tanjore Vadama attractive Boy B.Com., 5.5 ft./31 Star Karthigai, rasi Vrishaba, Angarake Dosha in 8th house. Expedite. Noble family. Horoscope to Box No. 3013.

Alliance invited for a Tamil Adi-Dravida Hindu Double Graduate Bangalore based Central Govt. employed 31 years 157 cms. Drawing Rs. 1500/- from employed fair good looking Girl around 26. Please correspond to Box No. 3014.

Alliance for Sozhia Vellala Boy 31 years D.C.E. Govt employee Rs. 1500 and sister 24 years 150 cm., Sevai Dosam. Invite decent middle income family. Send Horoscope to Box No. 3015.

Wanted Graduate Bridegroom well settled 31/33 for Moudgalya Brahacharanam Keralite Graduate Girl 27/150 Chithirai Boy's Star from Thiruvonam, Chathayam, Poorattathi, Revathi, Aswini, Karthigai, Rohini, Thiruvathirai, Punarpoosam, Magar, Uthiram. Box No. 3016.

Wanted good-looking Graduate employed Girl for Vadama Iyer Boy Goundina Gothra, Vishagam 5'5". Fair, age 31. M. Com., B. Ed., P. G. Asst. Owns property in Madras. Sub-sect no bar. Box No. 3017.

Alliance invited from Veg. Chettiar/Pillai Bride of fair complexion for Chettiar Groom working in Public sector 25/170/1300. Please apply with Horoscope for early decision. Box No. 3018.

Suitable alliance invited from well settled Non-Vasistha Gothra Smartha Desistha/Madhwa Bridegroom upto 40 years, for a Bride, employed in State Govt. undertaking drawing Rs. 1000/- p.m. Reply to Box No. 3019.

Wanted Non-Srivatsa Bridegroom for Graduate Vadama Iyer Girl Pooradom aged 36, employed in

Bangalore based Private Sector. Sub-sect no bar. Reply with Horoscope to Box No. 3020.

Wanted fair good-looking Graduate Bride within 25 for Vadagalai Iyangar Viswamitra Uthiradam Boy 30 of Chemical Technoloy earning Rs. 2000 monthly in a reputed Company. Box No. 3021.

Alliance invited for Naidu Yadhava Girl 26, Graduate, Central Govt. employee from good-looking, Graduate, employed Naidu Groom. Sub-sects no bar. Apply with Horoscope to Box No. 3022.

Wanted decently employed tall Nadar Protestant Christian Bridegroom for Senior Engineer's daughter exceedingly fair, tall, slim, Graduate Girl. Reply to Box No. 3023.

எட்டாவது வரை படித்த பதினெட்டு வயதான செவ்வாய் தோஷமுள்ள கம்மவார் நாயுடு இரட்டைப் பெண்களுக்கு அதே குலத்தைச் சேர்ந்த தோஷமுள்ள படித்த, நிரந்தர நல்ல தனியார் அல்லது அரசாங்க வேலையிலுள்ள அல்லது விவசாயம் செய்கிற இரு வரன்கள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 3024.

தஞ்சாவூர் சோழிய வெள்ளாளர், அசைவம், பட்டப்படிப்பு, சொந்த வியாபாரம், கௌரவமான வசதியுள்ள குடும்பம், ஐந்தேமுக்கால் அடி உயரம், நல்ல பர்சனலிட்டி அழகிய தோற்றம் உள்ள பையனுக்கு அதே இனத்தில் படித்த, அழகான, குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. கண்டிப்பாய் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3025.

வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்திரம், பி. காம். படித்த, தற்காலிக டீச்சர் வேலை பார்க்கிற 22 வயது பெண்ணுக்கு பாங்க் உத்தியோகம் பார்க்கும் / இஞ்சினியர் / தனியார் துறை மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3026.

முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த, இளமையான, மெலிந்த, நல்ல தோற்றமுள்ள, பி. யூ. சி. படித்த 300 ரூபாய் (தற்காலிக வேலை) சம்பாதிக்கும் ஏழைப் பெண்ணுக்கு, பட்டதாரியான மாப்பிள்ளை மட்டுமே தேவை (32—35). கோவிலில் அல்லது ரெஜிஸ்தர் திருமணம் செய்து தரப்படும். பணக்காரர்களும், விவாகரத்தானவர்களும், மனைவியை இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்க வேண்டாம். இந்து மதத்தைச் சேர்ந்த முற்பட்ட வகுப்பினரும், மொழியினரும் விண்ணப் பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 3027.

26 வயது பட்டதாரி, டைப்ரைட்ச[illegible] ஹையர், தற்காலிக வேலையிலுள்ள, சிவ[illegible]நிறமும், அழகும் நிறைந்த, வீட்டு வேலைகளும் [illegible]ருகப் பழக்கப்பட்ட, சிறிது முழங்கால் வளைந்து நடக்கும் நைத்ருபகாசியப கோத்திர, ஹஸ்த நட்சத்திர வடகலை ஐயங்கார் பெண்ணிற்கு நிரந்தரமான உத்தியோகமுள்ள மணமகன் தேவை. தென்கலையாகவிருந்தாலும் ஜாதகம் அனுப்பலாம். பெட்டி எண்: 3028.

முத்துராஜா — அம்பலக்காரர் வகுப்பைச் சேர்ந்த, சென்னையில் சொந்தமாக வருமானத்துடன் ஜவுளி வியாபாரம் செய்யும் 29 வயதுள்ள மணமகனுக்கு, அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3029.

மத்திய அரசில் பணியாற்றும் பி.யு.சி. படித்த 25 வயது முதலியார் வகுப்பு பெண்ணுக்கு அரசு அல்லது தனியார் நிறுவனங்களில் நிரந்தர வேலையில் உள்ள 31 வயதுக்குள் சுமார் 5½ அடி உயரமுள்ள பி.யு.சி. அல்லது பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3030.

வயது 27 ஸ்டேட் பேங்கில் வேலை மாதச் சம்பளம் ரூ 1500க்கு மேல் பட்டப்படிப்பு, உயரம் 5' 7'' இந்து தேவேந்திர வேளாளர் குலத்தைச் சேர்ந்த பையனுக்கு, பேங்க், அரசு பணியிலுள்ள, அழகும், நல்ல நிறமும், நற்குணமும், குடும்பப் பொறுப்புள்ள கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி பெண் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. முதல் கடிதத்திலேயே முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3031.

வடகலை அய்யங்கார் ஆத்ரேய கோத்திரம் ரோகிணி நட்சத்திரம். பி.யு.சி. படித்து செகண்டரி கிரேட் டீச்சர் வயது 33. உயரம் 5' 4''. பெண்ணுக்கு அரசாங்கத்தில் அல்லது நல்ல வேலையில் உள்ள படித்த வடகலை பையன் 35 வயதிலிருந்து 40 வயதுவரை உள்ள வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3032.

நல்லொழுக்கமுள்ள இந்து செங்குந்தர் வயது 37, 5' 4'' பி.ஏ. சுயமாக தொழில் செய்து 1500 மாத வருமானம் பெறும் வசதியும் வீடும் உள்ளவருக்கு வசதியான அழகு, படிப்புள்ள குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. பெட்டி எண்: 3033.

கன்னட மாத்வா பிராமண குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 29 வயது பாரத்வாஜ கோத்திரம், 5' 1'' உயரம், சிவப்பு நிறம், அழகு, குடும்பப்பாங்கு, பண்புள்ள பி.யு.சி. வரை படித்த பெண்ணுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த படித்த, நிரந்திர வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 3034.

Alliance invited from Graduate good-looking slim, Non-Srivatsa Iyer Girls from respectable family for 31 years smart fair slim Vadama, Post Graduate earning over Rs. 3,000/- in Bombay. Sub-sect no bar. Reply with Horoscope and family background to Box No. 3035.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், பூராட நட்சத்திரம் 28/165 டெல்லியில் கம்பெனியில் வேலைபார்க்கும் சார்டர்ட் அக்கௌண்டண்ட், வடகலை அய்யங்கார் பையனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த குடும்பப்பாங்கான, அழகுள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி பெண் வயது 25க்குள் தேவை. ஜாதகம், மற்ற விவரங்களுடனும் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 3036.

Alliance invited for a smart slim wheat complexioned graduate working 26/155 Vadamd Srivatsa Iyer Girl. Only well educated and well placed Boys preferred. Sub-sect no bar. Reply with Horoscope and family particulars to Box No. 3037.

வயது 27, பி.யு.சி. படித்து மத்திய அரசில் மாதம் ரூ 900/— சம்பளம் வாங்கும் மணமகனுக்கு படித்த, சிகப்பு நிறமுடைய மணமகள் தேவை. வரதட்சிணை இல்லை. எளிய திருமணத்திற்கு சம்மதம். எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 3038.

கண்டர மாணிக்க பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், உத்திராட நட்சத்திரம், 23 வயது, 10வது வரை படித்த நல்ல சிவப்பு நிறமான அழகான பெண்ணிற்கு, நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள பையன் ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 3039.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600032. (Phone: 431543)
Assistant Editor: Manjula Ramesh.

நரசுஸ் அளிக்கும் புத்தாண்டுப் பரிசுகள்!



நரசுஸ் காபியின்

வைர விழா

ஆண்டு 1926-1986.



நவரத்தினங்களில் தலை சிறந்தது வைரம்! காபியிலே தலை சிறந்தது வைர விழா காணும் நரசுஸ் காபி!

- **3 கிலோ** நரசுஸ் காபிக்கு
  கோத்ரெஜ்
  கிரௌனிங் குளோரி
  அழகு சோப்.
- **1½ கிலோ** நரசுஸ் காபிக்கு
  கோத்ரெஜ்
  சூப்பர் பிஸ்
  கிளீனிங் பவுடர்.
- **1 கிலோ** நரசுஸ் காபிக்கு
  கோத்ரெஜ்
  ட்ரைலோ
  நீல டிடர்ஜெண்ட் வாஷிங் கட்டி.

மொத்தமாகவோ, சில்லறையாகவோ வாங்கும் நரசுஸ் காபியுடன் கிடைக்கும் வெகுமதி கூப்பன்களைப் பெற்று வெகுமதிகளைப் பெறுங்கள்.
30-12-85 முதல் 1-2-86 வரை முடியும் விற்பனைக்கே வெகுமதிகள் உரியவை.

நரசுஸ் காபி கம்பெனி
சேலம் 636 007
கிளைகள்: தமிழகம் மற்றும் பாண்டிச்சேரியிலும்.

ADWAVE NCC 3022

REGISTERED No. TN MS (S) 231

Registered as a Newspaper in Srilanka

இந்தியாவின் முதன்முதல்!

கிளியர்·டோன்

வைட்டமினேஸ்டு கிளென்ஸிங் மில்க்

ஆழ்ந்திறங்கித் துலக்குது, ஊட்டமளிக்குது, புதுமலர்ச்சி யூட்டுது.

வைட்டமின் E மூலம் சருமத்தைப் புதுப்பிக்கிறது...
ஆழ்ந்திறங்கி சேதமூட்டும் அழுக்குகளை வெளியேற்றுகிறது.

காற்றிலே அழுக்கும், மாசும் அளவுமீறிவிட்ட இன்றைய சூழ்நிலையில் உங்கள் மேனியைத் துலக்க எத்தகைய சாதனம் தேவை? சாமானியமான எதுவும் சரிப்படாது. உயரிய ஒன்றே தேவை.

இரட்டை செயல்புரியும் கிளியர்டோன் தேவை உமக்கு. இந்தியாவின் முதன்முதல் வைட்டமினேஸ்டு கிளென்ஸிங் மில்க்— இதனை ஆக்குவோர் கிகோலாஸ் லபாரட்டரீஸ். ஆஸ்ப்ரோ போன்ற பல்வேறு நம்பிக்கையான மருந்துப் பொருள்களைத் தயாரிப்போரின் படைப்பு இது. ஆழ்ந்திறங்கிய அழுக்குப் படலங்களை ஊடுருவும்; கடுப்பூட்டும் ரசாயன மாசுகளால் விளைகின்ற சேதங்களைச் சீர்திருத்தும்; இளமை ததும்பும் புதுமைப் பொலிவுடன் திகழச்செய்கிறது உங்களை-- நாளொருமேனியாக.



daCunha/CLM/5/85 TM